

Документ подписан под истинной электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Меркулов Евгений Сергеевич Должность: И.о. ректора Дата подписания: 01.04.2021 23:26:30 Уникальный программный ключ: 39428e82d614a3cd984f917b018f0fd2c07182daabc77db685db2d16370f6e7c	ОПОП Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
--	---	------------	-------------------

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено на  
заседании кафедры  
теоретической и практической  
психологии  
«26» апреля 2019 г., протокол № 8  
и.о. зав. кафедрой теоретической и  
практической психологии  
А.А. Кулик

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения»

**Направление подготовки:** 37.03.01 «Психология»

**Профиль подготовки:** Психология (общий профиль)

**Квалификация выпускника:** Бакалавр

**Форма обучения:** очная

**Курс:** 4      **Семестр:** 8

**ЗАЧЁТ:** 7 семестр

Петропавловск-Камчатский 2019 г.

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

Рабочая программа составлена с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», утвержденного Приказом Минобрнауки России от 07.08.2014 № 946.  
(дата утверждения ФГОС)

Разработчик(и):  
доцент кафедры теоретической  
и практической психологии  
Наумова Валентина Александровна

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине
4. Содержание дисциплины
5. Тематическое планирование
6. Самостоятельная работа
7. Тематика контрольных работ, курсовых работ (при наличии)
8. Перечень вопросов на зачет (дифференцированный зачет, экзамен)
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение
10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента
11. Материально-техническая база

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 «Психология» *целями освоения дисциплины* «Психология зрелости и старения» являются:

- подготовка специалиста к профессиональной деятельности в области психологии зрелости и старения (геронтопсихологии);
- формирование у студентов понятий и представлений об основных направлениях современной научной психологии старения (геронтопсихологии), ее становлении, развитии, современном состоянии и отечественной специфике;
- освоение теоретических знаний и практических навыков для реализации научно-исследовательских задач в области психологии зрелости и старения, а также практической работы психолога, связанной с психодиагностикой и психотерапией в геронтопсихологии.

*Задачей изучения дисциплины* «Психология зрелости и старения» является:

- ознакомление с основными видами и методами исследований психологии старения, а также с проблемами оценки психологического состояния пожилых людей
- ознакомление с основными психодиагностическими и психокоррекционными приемами работы с лицами пожилого возраста
- Ознакомление с условиями благополучного старения и некоторыми стратегиями преодоления трудностей поздних лет
- формирование представления о направлении психологической поддержки лиц пожилого и старого возрастов в соответствии с актуальным психическим статусом престарелого человека.
- развитие устойчивой мотивации к самостоятельному изучению курса для освоения последующих профессиональных дисциплин применение приобретенных знаний, навыков и умения при прохождении всех видов практик.

## 2. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Курс «Психология зрелости и старения» разработан с учетом требований ФГОС ВО к содержанию и уровню подготовки выпускника по направлению подготовки 37.03.01 Психология, относится к вариативной части (дисциплина по выбору).

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные в результате освоения курсов «Общая психология», «Социальная психология», «психология личности», «Психология развития и возрастная психология», «Психогенетика» и мн.др.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки:

Код компетенции	Компетенция	Универсальные дескрипторы сформированности компетенции
ПК-1	способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>закономерности личностного развития в норме и патологии;</li> <li>основные этапы и механизмы социализации на разных этапах онтогенеза;</li> <li>принципы построения эффективной профессиональной деятельности психолога, основы профилактики профессиональных рисков</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>использовать знания закономерностей личностного развития в норме и патологии, основных этапов и механизмов социализации на разных этапах онтогенеза при реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии;</li> <li>составлять программу профилактики профессиональных рисков</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>навыками психологической помощи личности при рисках отклонения в социальном и личностном статусе и развитии</li> <li>навыками профилактики профессиональных рисков</li> </ul>
ПК-3	способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>закономерности развития личности и межличностных отношениях в социуме, психологическую сущность процесса принятия решений, его движущих сил и источников, специфику функционирования психологических защит, основные новообразования невротического характера при дисфункциях межличностных отношений, условия, обеспечивающие нормальное развитие, функционирование зрелой личности, личности подростка, личности пожилого человека, возможные проблемы межличностных отношений, методы и способы профессиональной работы с ними.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p>

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>пользоваться методами диагностики, консультирования личности и системы отношений как методами работы психолога, использовать знание о норме и особенностях, видах и модификациях отношений личности в различных видах деятельности,</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>навыками изучения особенностей и проблем, требующих вмешательства психолога-консультанта.</li> </ul>
ПК-4	способностью к выявлению специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>специфику психического функционирования человека с учётом возрастных особенностей, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>уметь дифференцировать психологические особенности человека на различных возрастных этапах, а также в зависимости от его гендерной, этнической, профессиональной и др. принадлежности;</li> <li>различать основную симптоматику нормативных кризисов развития,</li> <li>использовать показатели динамики психического состояния человека по данным различных тестов в процессе оказания ему психологической помощи;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>методами изучения индивидуальных особенностей развития и психического функционирования человека на разных возрастных этапах онтогенеза;</li> <li>методами изучения индивидуальных особенностей развития и психического функционирования человека в контексте его профессиональной, конфессиональной, этнической и иной социальной принадлежности</li> </ul>

#### 4. Содержание дисциплины

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

## **Модуль1. Психология зрелости и старения**

**Тема 1. Теоретические основы изучения психологии зрелости и старения.** Возрастные психологические задачи и личностные кризисы в старости. Психология зрелых возрастов. Проблема разграничения между понятиями «взрослость - зрелость», «взрослость - зрелость – старость».

**Тема 2. Развитие и эволюция парадигмы старения и теорий геронтогенеза.** Биологические теории старения. Адаптационно-компенсаторные теории старения. Теории «дивидендов долгожительства».

**Тема 3. Психология позитивной и успешной старости.** Понятие позитивного старения. Субъектность и активность личности как предпосылки позитивного старения. Геротрансцендентность как компонент позитивного старения.

**Тема 4. Консультативная деятельность психологов в геронтопсихологии.** Возрастно-психологическое консультирование. Семейно-психологическое консультирование. Индивидуально-психологическое консультирование в особых случаях (потеря близких, депрессия в старости, в преддверии смерти и др.).

**Тема 5. Психотерапевтические методы в работе с людьми «третьего и четвёртого» поколения.** Поддерживающая и поведенческая психотерапия в геронтопсихологии. Арт-терапия и успешное старение. Особенности социально-психологической адаптации в пожилом возрасте.

**Тема 6. Ресурсы и потенциалы личностного развития в период позднего онтогенеза.** Физиологические(функциональные) ресурсы позднего онтогенеза. Социальные и психологические резервы стареющего человека.

**Тема 7. Основные подходы к оптимизации личностного ресурса субъекта на этапе поздней зрелости.** Проблема гериатрической поддержка пожилых и старых людей. Задачи социальных структур направленных на социальную адаптацию и создание условий для повышения качества жизнедеятельности стареющего человека. Проблема психологической интервенции в геронтопсихологии.

**Тема 8. Геротрансцендентность: условия, факторы и эффекты.** Социо-эмоциональная селективность как фактор субъективного благополучия в пожилом и старческом возрасте. Социоэмоциональная селективная теория Л. Карстенсен. Психология позитивного старения.

## **5. Тематическое планирование**

### **Тематическое планирование**

#### **1. Дисциплина**

Индекс по ФГОС, Наименование: **Б 1.В.ДВ. 05.01**

#### **2. Направление подготовки (специальность)**

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

Шифр по ФГОС, Наименование 37.03.01, «Психология»

### 3. Группа

Шифр группы, курс, семестр Пб-15, 4 курс, 8 семестр

### 4. Преподаватель

Фамилия Имя Отчество, должность, кафедра Наумова Валентина

Александровна, доцент кафедры теоретической и практической психологии

#### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Психология зрелости и старения	10	12	0	50	72
	<b>Всего</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>50</b>	<b>72</b>

#### Тематический план

##### Модуль 1

№ темы	Тема	Вид занятий	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>			
1	Теоретические основы изучения психологии зрелости и старения	Лек	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
2	Развитие и эволюция парадигмы старения и теорий геронтогенеза	Лек	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
3	Психология позитивной и успешной старости	Лек	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4
4	Консультативная деятельность психологов в геронтопсихологии	Лек	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4
5	Психотерапевтические методы в работе с людьми «третьего и четвёртого» поколения	Лек	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4
	<b>Практические занятия (семинары)</b>			



ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

1	Теоретические основы изучения психологии зрелости и старения	Пр/сем	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
2	Эмоциональные переживания в старости	Пр/сем	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
3	Ресурсы и потенциалы личностного развития в период позднего онтогенеза	Пр/сем	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
4	Когнитивный резерв как психофизиологический ресурс в период геронтогенеза	Пр/сем	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
5	Основные подходы к оптимизации личностного ресурса субъекта на этапе поздней зрелости	Пр/сем	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
6	Эмпатия или адаптация к старению и старости	Пр/сем	2	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
<b>Самостоятельная работа</b>				
1	Биотерминированная парадигма старения	Сам.р.	10	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
2	Адаптационно-компенсаторная парадигма старения	Сам.р.	10	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
3	Жизненный опыт как ресурс позитивной старости	Сам.р.	10	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
4	Геротрансцендентность: условия, факторы и эффекты	Сам.р.	10	ПК-1, ПК-3, ПК-4,
5	Проблемы межпоколенного взаимодействия	Сам.р.	10	ПК-1, ПК-3, ПК-4,

## 6. Самостоятельная работа

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий (*при наличии*).

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение литературы; осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- аналитическая обработка текста (конспектирование, реферирование);
- составление плана и тезисов ответа в процессе подготовки к занятию;
- решение задач;
- подготовка сообщений по вопросам семинарских занятий.

### 6.1. Планы семинарских (практических, лабораторных) занятий

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

## Занятие № 1 (семинарское)

### Тема 1. Теоретические основы изучения психологии зрелости и старения

#### Подготовка к занятию:

*Прочитать материалы лекций, рекомендуемую литературу и подготовить основные вопросы темы:*

- ✓ Взрослость и зрелость личности
- ✓ Критерии и показатели личностной зрелости
- ✓ Факторы развития личности в зрелости
- ✓ Механизмы индивидуального развития личности

#### *Контрольные вопросы*

- ✓ Психологическая зрелость личности в период поздней взрослости
- ✓ Возрастные психологические задачи и личностные кризисы в старости.
- ✓ Психология зрелых возрастов.
- ✓ Проблема разграничения между понятиями «взрослость - зрелость», «взрослость - зрелость – старость».

**Ход занятия:** обсуждение вопросов (см. подготовку к занятию).

#### Рекомендуемая литература:

1. Материалы лекций.
2. Болотова А.К., Молчанова О. Н. Психология развития и возрастная психология. Учебник для вузов. – СПб.: Питер. – 2018. – 512 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.
4. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О.В.Краснова, А.Г.Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.

### Тема 2. Эмоциональные переживания в старости

#### Подготовка к занятию:

*Прочитать материалы лекций, рекомендуемую литературу и подготовить основные вопросы темы:*

- ✓ Личностные особенности в старости
- ✓ Эмоциональная сфера в период старения
- ✓ Познавательная сфера в период старения
- ✓

#### *Контрольные вопросы*

- ✓ Переживания стареющего человека, связанные с мыслями о смерти
- ✓ Переживания горя утраты и одиночества в старости

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

- ✓ Переживание привязанности к близким

**Ход занятия:** обсуждение вопросов (см. подготовку к занятию).

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Материалы лекций.
2. Ермолаева М.В. Практическая психология старости. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. – 320 с.
3. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О.В.Краснова, А.Г.Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
4. Руководство по геронтологии и гериатрии: в 4-х т./ под ред. акад. РАМН проф. В.Н. Ярыгина, проф. А.С. Мелентьева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. – Т.1. Основы геронтологии. Общая гериатрия. – 720 с.
5. Сахарова Т.Н., Уманская Е.Г., Цветкова Н.А. Геронтопсихология. – М.:МПГУ, 2016. – 470 с.

### **Тема 3. Ресурсы и потенциалы личностного развития в период позднего онтогенеза**

#### **Подготовка к занятию:**

*Прочитать материалы лекций, рекомендуемую литературу и подготовить основные вопросы темы:*

- ✓ Теоретические подходы к проблеме личности в период поздней зрелости
- ✓ Личностные особенности в старости
- ✓ Особенности психического развития у пожилых людей

#### *Контрольные вопросы*

- ✓ Социальная и личностная идентичность в пожилом возрасте
- ✓ Современные подходы к проблеме развития личности в геронтопсихологии
- ✓ Проблема субъектогенеза в период поздней зрелости

**Ход занятия:** обсуждение вопросов (см. подготовку к занятию).

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Материалы лекций.
2. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О.В.Краснова, А.Г.Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
3. Руководство по геронтологии и гериатрии: в 4-х т./ под ред. акад. РАМН проф. В.Н. Ярыгина, проф. А.С. Мелентьева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. – Т.1. Основы геронтологии. Общая гериатрия. – 720 с.
4. Сахарова Т.Н., Уманская Е.Г., Цветкова Н.А. Геронтопсихология. – М.:МПГУ, 2016. – 470 с.

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

5. Стрижицкая О.В. Основы геронтопсихологии. – СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет, 2016. – 69 с.
6. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология. Учебник и практикум для академического бакалавриата. 3-е изд., пер. и доп. – М.: «Юрайт», 2016. – 575

#### **Тема 4. Когнитивный резерв как психофизиологический ресурс в период геронтогенеза**

##### **Подготовка к занятию:**

*Прочитать материалы лекций, рекомендуемую литературу и подготовить основные вопросы темы:*

- ✓ Механизмы компенсации возможного снижения интеллектуальной деятельности в старости
- ✓ Характеристика отдельных познавательных функций в период поздней зрелости (восприятие, внимание, память)

##### *Контрольные вопросы*

- ✓ Особенности познавательной сферы в старости
- ✓ Индивидуально-психологические особенности когнитивных процессов и психологические ресурсы в пожилом возрасте

**Ход занятия:** обсуждение вопросов (см. подготовку к занятию).

##### **Рекомендуемая литература:**

1. Материалы лекций.
2. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О.В.Краснова, А.Г.Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
3. Руководство по геронтологии и гериатрии: в 4-х т./ под ред. акад. РАМН проф. В.Н. Ярыгина, проф. А.С. Мелентьева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. – Т.1. Основы геронтологии. Общая гериатрия. – 720 с.
4. Сахарова Т.Н., Уманская Е.Г., Цветкова Н.А. Геронтопсихология. – М.:МПГУ, 2016. – 470 с.

#### **Тема 5. Основные подходы к оптимизации личностного ресурса субъекта на этапе поздней зрелости**

##### **Подготовка к занятию:**

*Прочитать материалы лекций, рекомендуемую литературу и подготовить основные вопросы темы:*

- ✓ Личностный ресурс субъекта на этапе поздней зрелости

##### *Контрольные вопросы*

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

- ✓ Проблема гериатрической поддержки пожилых и старых людей.
- ✓ Задачи социальных структур направленных на социальную адаптацию и создание условий для повышения качества жизнедеятельности стареющего человека.
- ✓ Проблема психологической интервенции в геронтопсихологии.

**Ход занятия:** обсуждение вопросов (см. подготовку к занятию).

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Материалы лекций.
2. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О.В.Краснова, А.Г.Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
3. Руководство по геронтологии и гериатрии: в 4-х т./ под ред. акад. РАМН проф. В.Н. Ярыгина, проф. А.С. Мелентьева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. – Т.1. Основы геронтологии. Общая гериатрия. – 720 с.
4. Сахарова Т.Н., Уманская Е.Г., Цветкова Н.А. Геронтопсихология. – М.:МПГУ, 2016. – 470 с.

#### **Тема 6. Эмпатия или адаптация к старению и старости**

##### **Подготовка к занятию:**

*Прочитать материалы лекций, рекомендуемую литературу и подготовить основные вопросы темы:*

- ✓ Особенности социально-психологической адаптации в пожилом и старческом возрасте
- ✓ Особенности общения с пожилыми людьми

##### *Контрольные вопросы*

- ✓ Пожилой человек как член группы
- ✓ Инновационные технологии социально-психологической работы с пожилыми
- ✓ Тренинговая работа с пожилыми людьми

**Ход занятия:** обсуждение вопросов (см. подготовку к занятию).

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Материалы лекций.
2. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О.В.Краснова, А.Г.Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
3. Руководство по геронтологии и гериатрии: в 4-х т./ под ред. акад. РАМН проф. В.Н. Ярыгина, проф. А.С. Мелентьева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010. – Т.1. Основы геронтологии. Общая гериатрия. – 720 с.

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

4. Сахарова Т.Н., Уманская Е.Г., Цветкова Н.А. Геронтопсихология. – М.:МПГУ, 2016. – 470 с.

## 6.2 Внеаудиторная самостоятельная работа

- изучение материала лекций, подготовка к лекциям и семинарам;
- работа с рекомендованной основной и дополнительной литературой;
- работа по конспектированию источников и учебной литературы, подготовка сообщений и докладов для практических занятий;
- работа с аудиовизуальными учебными материалами, электронными учебниками, обучающими программами;
- выполнение заданий с использованием компьютера и сети Интернет (решение тестовых заданий);
- подготовка компьютерных презентаций
- подготовка к семинарским и практическим занятиям

## Темы самостоятельной работы студентов

### Тема 1. Биотерминированная парадигма старения

Основные вопросы темы:

- ✓ Биологические теории старения
- ✓ «Программированное старение»
- ✓ «Непрограммированное старение»

Контрольные вопросы:

- ✓ Первичное биологическое старение
- ✓ Вторичное биологическое старение

### Тема 2. Адаптационно-компенсаторная парадигма старения

Основные вопросы темы:

- ✓ Социально-психологические подходы к старению и старости
- ✓ Психологические подходы к старению

Контрольные вопросы:

- ✓ Адаптационно-регуляторная концепция В. В. Фролькиса
- ✓ Концепция психологического витаукта
- ✓ Эпигенетическая теория Э. Эриксона
- ✓ Модель селективной оптимизации и компенсации П. Балтеса (1993)

### Тема 3. Жизненный опыт как ресурс позитивной старости

Основные вопросы темы:

- ✓ Жизненный опыт и старость

Контрольные вопросы:

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

- ✓ Индивидуальность и уникальность жизненного опыта как когнитивное оценивание и эмоциональное переживание (проживания) конкретных событий, в которых участвовал человек в течение своей жизни.

#### **Тема 4. Геротрансцендентность: условия, факторы и эффекты**

Основные вопросы темы:

- ✓ Геротрансцендентность как компонент позитивного старения

Контрольные вопросы:

- ✓ Теория социоэмоциональной селективности старости (Carstensen, 1995)
- ✓ Исследование одиночества у пожилых людей (Montero Lopez Lena, Sanches Sosa, 2001)
- ✓ Модели психического (Сергиенко, Мелехин, 2016; Мелехин, 2016)

#### **Тема 5. Проблемы межпоколенного взаимодействия**

Основные вопросы темы:

- ✓ Современная проблема межпоколенного взаимодействия
- ✓ Старость «моя» и старость «чужая»

*Контрольные вопросы:*

- ✓ Восприятие возрастных изменений как конструктор стратегии старения.

#### **7. Примерная тематика контрольных работ, курсовых работ (при наличии).**

Нет в учебном плане!

#### **8. Перечень вопросов к зачёту**

1. Возрастные границы и периодизация позднего возраста.
2. Содержание кризиса пожилого возраста.
3. Психологические приобретения и потери человека в период поздней взрослости.
4. Социализация и социально-психологическая адаптация пожилых людей.
5. Особенности развития личности в период поздней взрослости.
6. Типы и модели старения. Возможности поступательного развития личности.
7. Способность личности к преодолению деформаций своего развития.
8. Особенности ценностно-смысловой сферы пожилых людей
9. Особенности восприятия времени и темпоральные ориентации в позднем возрасте.
10. Привязанности в позднем возрасте.
11. Самооценка личности в позднем возрасте.
12. Переживание одиночества в позднем возрасте.
13. Профилактика старения
14. Проблема долголетия и жизнеспособности. Факторы долголетия.
15. Основные направления работы психолога с пожилыми людьми
16. Завершение профессиональной деятельности: основная характеристика кризиса.
17. Особенности самосознания и самооценки в пожилом возрасте.
18. Проблемы оценки психологического состояния пожилых людей.
19. Старение женщин и присущие им стереотипы.
20. Особенности интеллектуального развития в позднем возрасте.

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

## 21. Психологическая помощь в старости

### 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение

#### 9.1. Основная учебная литература:

1. *Кашапов, М. М.* Акмеология : учебное пособие для вузов / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 106 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07821-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/454226>
2. *Нагорнова, А. Ю.* Теория и технология социальной работы с пожилыми людьми : учебное пособие для вузов / А. Ю. Нагорнова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 133 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07367-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/453794>
3. *Чернявская, А. Г.* Психология и андрогогика лиц пожилого возраста : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. Г. Чернявская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 174 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07325-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/452798>
4. *Солдатова, Е. Л.* Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник для вузов / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 384 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08007-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/453768>
5. *Хухлаева, О. В.* Психология развития и возрастная психология : учебник для вузов / О. В. Хухлаева, Е. В. Зыков, Г. В. Базаева ; под редакцией О. В. Хухлаевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00672-8. — URL : <https://urait.ru/bcode/450045>

#### 9.2. Дополнительная учебная литература:

6. *Бегидов, М. В.* Социальная защита инвалидов : учебное пособие для вузов / М. В. Бегидов, Т. П. Бегидова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 98 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05572-6. — URL : <https://urait.ru/bcode/454221>
7. *Бегидова, Т. П.* Социально-правовые и законодательные основы социальной работы с инвалидами : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова, М. В. Бегидов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 98 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06446-9. — URL : <https://urait.ru/bcode/454726>
8. *Воронцова, М. В.* Социальная защита и социальное обслуживание населения : учебник для вузов / М. В. Воронцова, В. Е. Макаров ; под редакцией М. В. Воронцовой. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 330 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13497-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/462502>
9. *Кашапов, М. М.* Профессиональное становление педагога. Психолого-акмеологические основы : учебное пособие для вузов / М. М. Кашапов,



ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

- Т. В. Огородова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08306-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/454223>
10. Корсакова, Н. К. Клиническая нейропсихология : учебное пособие для вузов / Н. К. Корсакова, Л. И. Московичюте. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 165 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06101-7. — URL : <https://urait.ru/bcode/454222>
11. Мечников, И. И. Этюды о природе человека / И. И. Мечников. — 6-е изд., стер. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 237 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11865-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/453416>
12. Роик, В. Д. Пенсионное страхование и обеспечение : учебное пособие для вузов / В. Д. Роик. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 478 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12337-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/447371>
13. Роик, В. Д. Пенсионный возраст и модернизация пенсионных систем: отечественный и зарубежный опыт : монография / В. Д. Роик. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 336 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-05346-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/454690>
14. Роик, В. Д. Социальная защита отдельных категорий граждан. Качество жизни пожилого населения : учебное пособие для среднего профессионального образования /
15. Роик, В. Д. Социальная политика: заработная плата и страхование рисков ее утраты : учебник для вузов / В. Д. Роик. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 536 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10021-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/456306>
16. Роик, В. Д. Социальная политика: заработная плата и страхование рисков ее утраты : учебник для вузов / В. Д. Роик. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 536 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10021-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/456306>
17. Роик, В. Д. Социальная политика: качество жизни пожилого населения и страховые институты социальной защиты : учебное пособие для вузов / В. Д. Роик. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 400 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07460-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/455680>
18. СЕРЕЖКО, Т. А. Психология социальной работы : учебное пособие для вузов / Т. А. СЕРЕЖКО, Т. З. ВАСИЛЬЧЕНКО, Н. М. ВОЛОБУЕВА. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01967-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/452540>
19. Синякова, М. Г. Педагогическая акмеология : учебное пособие для вузов / М. Г. Синякова, Э. Э. Сыманюк. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06717-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/455374>
20. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология : учебное пособие для вузов / Е. А. Сорокоумова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04322-8. — URL : <https://urait.ru/bcode/453539>
21. Социальная работа с проблемой клиента : учебное пособие для вузов / Г. В. Говорухина [и др.] ; под редакцией Л. Г. Гусяковой. — 2-е изд., перераб.

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

- и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 154 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11798-1. — URL : <https://urait.ru/bcode/457161>
22. Социально-трудовая реабилитация и адаптация инвалидов и лиц пожилого возраста: монография / М. О. Буянова [и др.]; под редакцией М. О. Буяновой. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 132 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-12672-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/457254>
23. Социально-трудовая реабилитация и адаптация инвалидов и лиц пожилого возраста: учебное пособие для вузов / М. О. Буянова [и др.]; под редакцией М. О. Буяновой. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 133 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12469-9. — URL : <https://urait.ru/bcode/457250>
24. *Циркин, В. И.* Нейрофизиология: физиология памяти: учебник для вузов / В. И. Циркин, С. И. Трухина, А. Н. Трухин. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 407 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12589-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/447838>

#### 9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

1. Обучающая интерактивная среда LMS MOODLE
2. <http://www.bookap.by.ru> - библиотека психологической литературы разных направлений
3. <http://www.elibrary.ru> - Научная электронная библиотека
4. <http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам.
5. <http://www.edu.ru/> Российское образование. Федеральный портал
6. <http://www.biblioclub.ru/> Университетская библиотека Online1

#### 9.4. Информационные технологии:

- оборудованные аудитории: учебная аудитория
- технические средства обучения: компьютеры с необходимым программным обеспечением для подготовки презентаций (операционная система Windows, сетевое средство защиты информации, библиотечная система Ирбис, средство управления базами данных MicrosoftSQL, MicrosoftOffice, система распознавания текста FineReader, графический редактор Photoshop и др.).

### 10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

На основании разработанной компетентностной модели выпускника образовательные цели представлены в виде набора компетенций как планируемых результатов освоения образовательной программы. Определение уровня достижения планируемых результатов освоения образовательной программы осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося по пятибалльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «зачтено», «не зачтено»).

Основными критериями оценки в зависимости от вида работы обучающегося являются: сформированность компетенций (знаний, умений и владений), степень владения профессиональной терминологией, логичность, обоснованность, четкость изложения материала, ориентирование в научной и специальной литературе.

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

### Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

#### Текущий контроль

Уровень сформированности компетенции	Уровень основание модулей дисциплины (оценка)	Критерии оценивания отдельных видов работ обучающихся
		Устный опрос, сообщение по вопросам семинарских (практических) занятий
Высокий	Отлично	Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие исчерпывающие знания всего программного материала, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стил изложения материала научный с использованием специальной терминологии. Студентом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков). Студентом могут быть допущены отдельные недочеты в определении понятий, исправленные самостоятельно.
Базовый	Хорошо	Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие знания всего программного материала. Ответ логически последователен, содержателен. Стил изложения материала научный с использованием профессиональной терминологии. Студентом продемонстрирована в целом успешная сформированность компетенций (знаний, умений, навыков), вместе с тем имеют место отдельные пробелы в умении, студент не вполне осознанно, владеет навыками. Студентом могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки.
Пороговый	Удовлетворительно	Оценивается ответ студента, которым даны недостаточно полные и развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Логика и последовательность изложения нарушены. Допущены ошибки в определении употреблении понятий. Студент с затруднением самостоятельно выделяет существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студентом в целом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков), вместе с тем имеют место несистематическое использование умений и фрагментарные навыки.
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно	Оценивается ответ студента, представляющей собой разрозненные знания с существенными ошибками. Ответ фрагментарен, нелогичен. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими вопросами дисциплины. Отсутствуют конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная, терминология по дисциплине не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента. Компетенции (знания, умения, навыки) по дисциплине не сформированы: теоретические знания имеются, но они разрознены, умения и навыков отсутствуют // Либо ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа на поставленные вопросы.

#### Промежуточная аттестация

Уровень сформированности компетенции	Уровень основание дисциплины	Критерии оценивания обучающихся (работ обучающихся)
		Зачет

ОПОП	Редакция 2	СМК-РПД-В1.П-2019
Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.05.01 «Психология зрелости и старения» для направления подготовки 37.03.01 «Психология», профиль подготовки Психология «общий профиль»		

Высокий	зачтено	Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие исчерпывающие знания всего программного материала, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Стилль изложения материала научный с использованием терминологии по дисциплине. Студентом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине. Студентом могут быть допущены отдельные недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно.
Базовый	зачтено	Оценивается ответ студента, которым даны полные, развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Студентом продемонстрированы глубокие знания всего программного материала, понимание существенных и несущественных признаков, причинно-следственные связи, твердое знание основных положений смежных дисциплин. Ответ логически последователен, содержателен. Студентом продемонстрирована в целом успешная сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место отдельные пробелы в умении, студент не вполне осознанно, владеет навыками. Студентом могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки.
Пороговый	зачтено	Оценивается ответ студента, которым даны недостаточно полные и развернутые ответы на поставленные и дополнительные вопросы. Логика и последовательность изложения нарушены. Допущены ошибки в определении употреблении понятий. Студент с затруднением самостоятельно выделяет существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Студентом в целом продемонстрирована сформированность компетенций (знаний, умений, навыков) по дисциплине, вместе с тем имеют место несистематическое использование умений и фрагментарные навыки.
Компетенции не сформированы	не зачтено	Оценивается ответ студента, представляющей собой разрозненные знания с существенными ошибками. Ответ фрагментарен, нелогичен. Студент не осознает связь обсуждаемого вопроса с другими вопросами дисциплины. Отсутствуют конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная, специальная терминология не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента. Компетенции (знаний, умений, навыков) по дисциплине не сформированы: теоретические знания имеются, но они разрознены, умения и навыков отсутствуют // Либо, если ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа на поставленные вопросы.

## 11. Материально-техническая база

- Библиотека института с техническими возможностями перевода основных библиотечных фондов в электронную форму
- Читальные залы библиотеки
- Интерактивная доска
- Мультимедийный проектор
- Наглядные пособия (схемы, таблицы)