

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Смоленский государственный университет»

Кафедра социальной работы

*«Утверждаю»*  
И.о. проректора по учебной работе  
\_\_\_\_\_ Ю.А. Устименко  
«21» сентября 2017 г.

**Рабочая программа дисциплины**  
**Б1.В.ОД.7 «Социально-психологическая адаптация личности»**

Направление подготовки: 39.03.02 Социальная работа  
Профиль: Социальная работа в государственных и негосударственных организациях  
Форма обучения – заочная  
Курс – 3  
Семестр – 6  
Всего зачетных единиц – 2, часов – 72  
Лекции – 6 час.  
Практические занятия – 8 час.  
Самостоятельная работа – 58 час.  
Форма отчетности: зачет – 6 семестр

Программа составлена на основе ФГОС ВО по направлению подготовки  
39.03.02 «Социальная работа»

Программу разработал:  
кандидат психологических наук Ковалева Ю.В.

Одобрена на заседании кафедры социальной работы  
«14» сентября 2017 г., протокол № 1

Смоленск  
2017

## 1. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина Б1.В.ОД.7 «Социально-психологическая адаптация личности» относится к вариативной части обязательных дисциплин ОП по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа».

Изучение данной дисциплины базируется на следующих дисциплинах: «Социология», «Психология», «Социально-психологические основы деятельности специалиста социальной работы», «Этические основы социальной работы».

Основные положения дисциплины должны быть использованы в дальнейшем при изучении таких дисциплин как «Социальная работа с молодежью», «Социальная работа в сфере занятости», «Социальная работа с инвалидами», «Организация социальной работы с населением» и др., необходимы для производственной практики.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

ОПК-6: способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества;

ПК-1: способностью к проведению оценки обстоятельств, которые ухудшают или могут ухудшить условия жизнедеятельности граждан, определению индивидуальных потребностей граждан с целью постановки социального диагноза и разработки индивидуальных программ предоставления социальных услуг и мероприятий по социальному сопровождению.

### В результате освоения дисциплины студент должен

**Знать:** психолого-педагогические методы, применимые для решения задач личностного развития клиентов; методы проведения социальной диагностики обстоятельств затрудняющих жизнедеятельность граждан и разработке программ по предоставлению социальных услуг.

**Уметь:** применять психолого-педагогических знания для решения задач личностного развития клиентов, проблем социального благополучия личности и общества.

**Владеть:** навыками оценки индивидуальных условий жизнедеятельности граждан с целью становления причин их трудных жизненных ситуаций и постановки диагноза, а также к разработке программ предоставления услуг по социальной адаптации.

## 3. Содержание дисциплины

### *ТЕМА 1. Личность в системе социальных связей*

Проблема личности в социальной психологии. Специфический аспект рассмотрения проблемы личности в социальной психологии. Главные отличия подхода к личности в таких дисциплинах как психология, социология и социальная психология. Характеристика различных подходов к описанию и пониманию личности.

Особенности структуры личности. Характеристика структуры личности (Ю.П. Платонов и др.). Основные составляющие личности.

Признаки личности. Системообразующие признаки личности (Л. М. Фридман, И. Ю. Кулагина) — эмоциональность, активность, саморегуляция, побуждение. Потенциалы личности. Ключевые личностные образования (жизненный план, направленность, персонализация и Яконцепция).

### *ТЕМА 2. Социально-психологические аспекты социализации личности*

Влияние социально-психологических факторов на социализацию личности. Сущность главных факторов социализации личности (социальных, индивидуально-личностных).

Формы социализации личности. Структура социализации личности. Характеристика содержания и широты социализации личности. Проявление в обществе социально «зрелой» («незрелой») личности (Дж. Роттер).

Механизмы социализации личности. Общая характеристика основных механизмов (способов) социализации личности — традиционного, институционального, стилизованного, межличностного, рефлексивного.

### *ТЕМА 3. Возрастные и гендерные особенности социализации личности.*

Понятие жизненного цикла в различных культурах. Процесс социализации непрерывен и продолжается в течение всей жизни человека. Обеспечение обществом процесса развития индивидуума согласно собственным традициям. Фазы ролевой социализации.

Социализация и детство. Понимание концепции детства в разные исторические эпохи. Специфика социализации детей на разных возрастных этапах.

Особенности социализации в подростковом и юношеском возрасте. Выделение в российском обществе отрочества — периода жизни между детством и юностью. Социальное содержание развития человека в этом возрасте, связанное с процессами полоролевой идентификации и усвоения различных социальных ролей. Основные задачи подросткового и юношеского периода (Э. Эриксон). Влияние ближайшего окружения (семьи, друзей) на процесс социализации подростка и личности юношеского возраста.

Специфика социализации ранней зрелости или молодости. Главные задачи молодых людей (З. Фрейд). Представление о себе молодых людей как о взрослых индивидах через дружбу, сексуальные взаимоотношения и трудовой опыт. Гибкий жизненный цикл современного общества, как отсутствие единой возрастной нормы для принятия на себя какой-либо конкретной роли личностью.

Средний возраст, или зрелость — социально-психологические аспекты социализации. Личностное проявление себя в среднем возрасте. Отношение к своим социальным ролям людей зрелого возраста. Становление личностной зрелости. Кризис среднего возраста, или кризис середины жизни. Понятие генеративности (Э. Эриксон). Средняя зрелость как особый этап жизни, в который человек вступает после кризиса и подводит итоги своей деятельности и своих свершений.

Процесс социализации в пожилом возрасте или старости. Неоднозначность определения пожилого возраста в различных обществах. Сравнительная характеристика отношения к пожилым людям в странах запада, востока и в России. Кризис пожилого возраста. Актуальность проблем последнего этапа жизни человека. Переоценка в этом возрасте собственного «Я», осознание и принятие ухудшения здоровья и старения собственного тела, формирование толерантного отношения к смерти, сопровождающееся необходимым равнодушием. Нормальное позитивное и аномальное социальное развитие, мудрость. Положение стареющего человека в обществе, его место в социуме. Взаимоотношение старого человека с его ближайшим окружением.

### *ТЕМА 4. Социализация и адаптация личности*

Общая характеристика социальной адаптации личности. Взаимосвязь понятий социализации и социальной адаптации личности. Определение понятий «адаптация» (А. В. Петровский, В. В. Богословский, Р. С. Немов и др.), «социальная адаптация» (Ж. Пиаже, И. А. Милославова и др.). Основные компоненты адаптации. Плоскости рассмотрения адаптации. Соотношение процессов социализации и социальной адаптации, как единого процесса взаимодействия личности и общества (И. С. Кон, Б. Д. Парыгин, О. И. Зотова и др.).

Стратегии социальной адаптации личности. Стратегия социальной адаптации как способ гармонизации индивида со средой. Определение понятия «стратегия». Рассмотрение стратегии социальной адаптации личности в контексте жизненных целей и жизненного пути человека (В. А. Ядов, К. А. Абульханова-Славская). Стратегия социальной адаптации, как универсальный и индивидуальный принцип, способ социальной адаптации человека к жизни в его окружении, учитывающий направленность его устремлений, поставленные им самим цели и способы их достижения (А. Р. Лазурский, Н. Н. Милославова).

Стадии процесса адаптации личности. Характеристика основных стадий процесса адаптации: а) изначальная адаптация генотипически различных личностей к нормативному принуждению посредством преднамеренной социализации, б) вторичная адаптация к нормативному окружению посредством выбора социального поведения, в) адаптация совокупности личностных характеристик популяции к нормативному поведению посредством селективного давления социальных санкций.

#### *ТЕМА 5. Проблема социально-психологической адаптации личности*

Социально-психологическая адаптация и ее специфика. Эффективная социально-психологическая адаптация как предпосылка успеваемости школьника или успешной профессиональной деятельности взрослого человека. Особенности протекания адаптивных процессов личности. Разновидности адаптивных комплексов. Изменения, происходящие в процессе адаптации на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровне. Первичная реакция на изменения, как начальный этап процесса адаптации. Роль и место познавательной активности в процессе адаптации. Значение этапа внутренней переработки и осмысления для социальнопсихологической адаптации. Продуктивное взаимодействие и творческая активность, на завершающем этапе социальнопсихологической адаптации.

Психологические теории социально-психологической адаптации личности. Особенности рассмотрения социально-психологической адаптации в различных течениях (необихевиоризм, интеракционизм, психоанализ). Интеракционистские концепции адаптации. Психоаналитическая концепция адаптации.

Социально-психологическая дезадаптированность личности. Социальнопсихологическая дезадаптированность личности как неспособность ее адаптации к собственным потребностям и притязаниям. Признаки и уровни социальнопсихологической дезадаптированности личности.

#### *ТЕМА 6. Диагностика социально-психологической адаптации личности*

Принципы диагностики адаптированности личности. Общая характеристика принципов диагностики адаптированности личности. Методы измерения адаптированности. Параметры диагностики адаптированности по внешнему критерию. Диагностика адаптированности по внешнему критерию (объективные показатели успешной деятельности). Использование для исследования таких методов, как анализ документов, тесты достижений, анкетирование, структурированное интервью или беседа, проективные методы, социометрия.

Параметры диагностики адаптированности по внутреннему критерию. Диагностика адаптированности по внутреннему критерию (показатели тревожности, фрустрированности, психического самочувствия по отношению к конкретной среде). Использование методик основанных на самооценке, проективных методов и методов семантического дифференциала. Диагностика адаптивного потенциала личности. Методы исследования стратегий адаптивного поведения и копинг-стратегий.

#### *ТЕМА 7. Стратегии социально-психологической адаптации личности*

Классификация разновидностей социально-психологической адаптации личности. Характеристика классификации социально-психологической адаптации личности (нормальная, девиантная, патологическая).

Адаптивные механизмы личности. Объективные и субъективные факторы адаптации. Адаптивные ресурсы человека, диапазон приспособительных и компенсаторных возможностей. Выделение базовых (ядерных) адаптивных свойств личности. Преодолевающее поведение, как один из механизмов приспособления человека к требованиям ситуации. Множественность форм преодоления трудных ситуаций или копинг-стратегий. Личностный рост, как повышение адаптивного потенциала личности.

#### 4. Тематический план

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Формы занятий		
			лекц.	практич. и лаборатор.	самостоят. работа
<b>Раздел I. Психологическое своеобразие социализации и адаптации личности.</b>					
1.	Личность в системе социальных связей.	5	2	2	3
2.	«Я» в социальном мире	5	2		6
3.	Социально-психологические аспекты социализации личности	5	2		3
4.	Возрастные и гендерные особенности социализации личности	13		4	10
<b>Раздел II. Социально-психологическая адаптация личности.</b>					
5.	Социализация и адаптация личности	10			8
6.	Проблемы социально-психологической адаптации личности	10		2	8
7.	Диагностика социально-психологической адаптации личности	10			8
8.	Стратегии социально-психологической адаптации личности	10			8
	Подготовка к зачету	4			4
<b>ИТОГО</b>		<b>72</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>58</b>

#### 5. Виды учебной деятельности

##### Лекции

##### ЛЕКЦИЯ 1. *Личность в системе социальных связей*

1. Проблема личности в социальной психологии.
2. Специфический аспект рассмотрения проблемы личности в социальной психологии. Главные отличия подхода к личности в таких дисциплинах как психология, социология и социальная психология.
3. Характеристика различных подходов к описанию и пониманию личности.

##### ЛЕКЦИЯ 2. *«Я» в социальном мире*

1. Особенности структуры личности. Характеристика структуры личности (Ю.П. Платонов и др.). Основные составляющие личности.
2. Признаки личности. Системообразующие признаки личности (Л. М. Фридман, И. Ю. Кулагина) — эмоциональность, активность, саморегуляция, побуждение.
3. Ключевые личностные образования (жизненный план, направленность, персонализация и Я-концепция).

##### ЛЕКЦИЯ 3. *Социально-психологические аспекты социализации личности.*

1. Факторы социализации личности.
2. Формы социализации личности.
3. Структура социализации личности.
4. Механизмы социализации личности.

## Практические занятия

### ЗАНЯТИЕ 1. «Я» в социальном мире

1. Специфика социально-психологического понимания личности в отличие от общей психологии и социологии.
2. Характеристика различных типологий личности в зависимости от доминирующей направленности:
  - пространственно-временная ориентация («мемуарист», «конъюнктурщик», «прогнозист»);
  - потребностно - волевые переживания («пессимист», «уравновешенный», «оптимист»);
  - содержательная направленность («деловой», «экстраверт», «игрок», «интроверт»);
  - уровня усвоения деятельности («учения», «исполнитель», «любопытный», «творец»);
  - формы деятельности («преобразователь», «созерцатель», «оратор», «мыслитель»).
3. «Я-концепция» как совокупность всех представлений индивида о себе.
4. «Я»-образы, выделяемые в «Я-концепции».
5. Влияние самосознания и самооценки на восприятие другого.
6. Ролевая модель личности. Взаимовлияние личности и социальной роли.

### ЗАНЯТИЕ 2. Социализация и индивидуализация в детском возрасте

1. Феноменология социализации и индивидуализации.
2. Психологические основы и педагогические условия развития социальных способностей у детей.
3. Развитие ребенка как субъекта деятельности и отношений.

#### Задания:

1. Проанализируйте подходы ученых к пониманию ими сущности социализации и индивидуализации. Выделите те позиции авторов, с которыми Вы согласны и не согласны и аргументируйте свою солидарность или несогласие с точкой зрения автора.
2. Постройте схему или таблицу социально-психологической модели формирования социально-адаптивной индивидуальности, обоснуйте ее.
3. Опишите примеры проявления отзывчивого поведения детьми (вашими сверстниками или другими людьми) на основе наблюдений, чтения художественных произведений, просмотра кинофильмов и прочего личного опыта.
4. Приведите примеры поведения детей (из опыта наблюдений, фильмов, рассказов родителей и пр.), дайте им психологическое объяснение.
5. Оценка результатов занятия и групповая рефлексия.

#### Задание:

1. Подготовьте конспект — схему темы «Социализация личности».
2. Прочитайте и осмыслите материал учебного пособия Щетининой А. М. «Социализация и индивидуализация в детском возрасте». (Великий Новгород, 2004), составьте концептуальную карту.  
Ответьте на следующие вопросы:
  - В чем заключается сущность понятия «социализация» в психологии и педагогике, каковы развивающие функции этого процесса и результат?
  - Каковы основные характеристики процесса индивидуализации и его развивающие функции?

- Раскройте содержание понятия «Я социальное».
- Что такое «Я сущностное»? Определите различия в содержании этих понятий: «Я сущностное» и «Я социальное».
- Дайте характеристику понятия «социальноадаптивная индивидуальность».
- Назовите основные направления в формировании социальноперцептивных способностей у детей и обоснуйте их значимость.
- Перечислите все возможные приемы развития социально-перцептивных способностей, раскройте сущность и целесообразность какого-либо из них.
- Выделите основные закономерности развития эмоциональной отзывчивости у детей от рождения до семи лет.
- Назовите внешние и внутренние условия формирования эмоциональной отзывчивости у детей.
- Каковы показатели социальной компетентности ребенка раннего возраста?
- Охарактеризуйте социальную компетентность детей дошкольного возраста.
- Выделите основные пути усвоения детьми нравственных знаний и норм поведения.

### *ЗАНЯТИЕ 3. Сущность и специфика социализации взрослых людей*

1. Специфика социализации ранней зрелости или молодости.
2. Средний возраст, или зрелость — социально-психологические аспекты социализации.
3. Процесс социализации в пожилом возрасте или старости.
4. Особенности гендерной идентичности и гендерной роли.
5. Асимметрия гендерной социализации.

#### Задания:

1. Напишите и обоснуйте ответ на вопрос. Сравните свойственный мужчинам и женщинам характер социальных взаимоотношений, а также их доминантность, агрессивность и сексуальность. Отражаются ли в гендерных различиях тенденции, продиктованные естественным отбором? Или эти различия порождены культурой?
2. Подберите пример, иллюстрирующий ресоциализацию взрослого человека. Проанализируйте этот процесс, используя концепции А.В. Петровского.
3. Подготовьте сопоставительную таблицу «Хронологии социального развития человека». Дайте развернутый сравнительный анализ периодизации, выделите малоизученные проблемы социального развития человека.

### *ЗАНЯТИЕ 4. Процессы и уровни социальной адаптации личности*

1. Общая характеристика социальной адаптации личности.
2. Стратегии социальной адаптации личности.
3. Стадии процесса адаптации личности.
4. Социально-психологическая адаптация и ее специфика.
5. Психологические теории социально-психологической адаптации личности (необихевиоризм, интеракционизм, психоанализ).

### **Задания для самостоятельной работы**

#### *Задания к теме 1. «Я» в социальном мире*

1. Специфика социально-психологического понимания личности в отличие от общей психологии и социологии.
2. Характеристика различных типологий личности в зависимости от доминирующей направленности:
  - пространственно-временная ориентация («мемуарист», «конъюнктурщик», «прогнозист»);



- потребностно - волевые переживания («пессимист», «уравновешенный», «оптимист»);
- содержательная направленность («деловой», «экстраверт», «игрок», «интроверт»);
- уровня усвоения деятельности («учения», «исполнитель», «любопытный», «творец»);
- формы деятельности («преобразователь», «созерцатель», «оратор», «мыслитель»).

3. «Я-концепция» как совокупность всех представлений индивида о себе.

4. «Я»-образы, выделяемые в «Я-концепции».

5. Влияние самосознания и самооценки на восприятие другого.

6. Ролевая модель личности. Взаимовлияние личности и социальной роли.

*Задания к теме 3. Социально-психологические аспекты социализации личности.*

Задания:

1. Проанализируйте подходы ученых к пониманию сути социализации и индивидуализации. Выделите те позиции авторов, с которыми Вы согласны и не согласны и аргументируйте свою солидарность или несогласие с точкой зрения автора.

2. Постройте схему или таблицу социально-психологической модели формирования социально-адаптивной индивидуальности, обоснуйте ее.

3. Опишите примеры проявления отзывчивого поведения детьми (вашими сверстниками или другими людьми) на основе наблюдений, чтения художественных произведений, просмотра кинофильмов и прочего личного опыта.

4. Приведите примеры поведения детей (из опыта наблюдений, фильмов, рассказов родителей и пр.), дайте им психологическое объяснение.

5. Оценка результатов занятия и групповая рефлексия.

*Задания к теме 4. Возрастные и гендерные особенности социализации личности (Социализация и индивидуализация в детском возрасте).*

Задание:

1. Подготовьте конспект — схему темы «Социализация личности».

2. Прочитайте и осмыслите материал учебного пособия Щетининой А. М. «Социализация и индивидуализация в детском возрасте». (Великий Новгород, 2004), составьте концептуальную карту.

Ответьте на следующие вопросы:

— В чем заключается сущность понятия «социализация» в психологии и педагогике, каковы развивающие функции этого процесса и результат?

— Каковы основные характеристики процесса индивидуализации и его развивающие функции?

— Раскройте содержание понятия «Я социальное».

— Что такое «Я сущностное»? Определите различия в содержании этих понятий: «Я сущностное» и «Я социальное».

— Дайте характеристику понятия «социальноадаптивная индивидуальность».

— Назовите основные направления в формировании социальноперцептивных способностей у детей и обоснуйте их значимость.

— Перечислите все возможные приемы развития социально-перцептивных способностей, раскройте сущность и целесообразность какого-либо из них.

— Выделите основные закономерности развития эмоциональной отзывчивости у детей от рождения до семи лет.

— Назовите внешние и внутренние условия формирования эмоциональной отзывчивости у детей.

— Каковы показатели социальной компетентности ребенка раннего возраста?

- Охарактеризуйте социальную компетентность детей дошкольного возраста.
- Выделите основные пути усвоения детьми нравственных знаний и норм поведения.

*Задания к теме 4. Возрастные и гендерные особенности социализации личности (Сущность и специфика социализации взрослых людей).*

Задания:

1. Напишите и обоснуйте ответ на вопрос. Сравните свойственный мужчинам и женщинам характер социальных взаимоотношений, а также их доминантность, агрессивность и сексуальность. Отражаются ли в гендерных различиях тенденции, продиктованные естественным отбором? Или эти различия порождены культурой?

2. Подберите пример, иллюстрирующий ресоциализацию взрослого человека. Проанализируйте этот процесс, используя концепции А.В. Петровского.

3. Подготовьте сопоставительную таблицу «Хронологии социального развития человека». Дайте развернутый сравнительный анализ периодизации, выделите малоизученные проблемы социального развития человека.

*Задания к теме 5. Социализация и адаптация личности. (Защитные механизмы личности в процессе адаптации).*

Задание:

Работа с тестовой методикой:

«Адаптивные стратегии поведения».

Цель: изучение индивидуальных предпочтений в выборе стратегий адаптивного поведения.

Материал: опросник «Адаптивные стратегии поведения» (АСП).

Ход работы:

1. Студенты заполняют индивидуально бланки опросника АСП.
  2. Полученные данные обрабатываются и переносятся в индивидуальные бланки.
  3. Проводится анализ и интерпретация индивидуальных результатов.
  4. Выделяют ведущие и игнорируемые стратегии в целом.
  5. Полученные показатели по каждой стратегии сравниваются со статистическими нормативами.
  6. Определяются ведущие и игнорируемые стратегии для отдельных уровней социальной среды.
  7. Проводится групповое обсуждение результатов:
    - Какие основания используются для классификации стратегий адаптивного поведения, изучаемых с помощью опросника АСП?
    - По результатам диагностики определите ведущие и игнорируемые стратегии.
    - Различаются ли стратегии, используемые на разных уровнях социальной среды? Как это можно объяснить?
- В малой группе для каждого участника спланируйте индивидуальную линию развития адаптивного поведения, учитывая адаптивный потенциал различных стратегий.

*Задания к теме 6. Изучение удовлетворённости жизнью, как параметра общей адаптированности*

Работа с тестовой методикой «Изучение удовлетворенности жизнью, как параметра общей адаптированности».

Цель: изучение индивидуальных показателей удовлетворенности жизнью.

Материал: опросник «Удовлетворенность жизнью» (УДЖ).

Ход работы:

1. Студенты заполняют индивидуально бланки УДЖ.

2. Для индивидуальных результатов вычисляются результаты по четырем шкалам УДЖ.
3. Сырые баллы по каждой шкале (индивидуальные результаты) переводятся в стандартные оценки.
4. Вычисляются средние результаты и стандартное отклонение по группе.
5. Проводится групповое обсуждение результатов:
  - Удовлетворенность жизнью является показателем адаптированности по внешнему или по внутреннему критерию? Почему?
  - Какие шкалы отражают удовлетворенность — неудовлетворенность жизнью?
  - Сравните результаты, соответствующие разным шкалам опросника УЖД. Как они соотносятся друг с другом?
  - По какой из шкал получен наибольший разброс групповых результатов? Чем это можно объяснить?

*Задания к теме 7. Изучение методик диагностики адаптации личности*

1. Работа с тестовой методикой:

«Адаптация на микро, мезо и макроуровнях социальной среды».

Цель: сравнение степени общего эмоционального комфорта при взаимодействии со средой, представленной микро, мезо и макроуровнями.

Материал: бланки методики СД (семантический дифференциал) (3 экземпляра для каждого студента).

Ход работы:

1. Студенты заполняют индивидуально бланки СД, оценивая последовательно три уровня социальной среды; например: семья, учебное заведение, общество в целом.
2. При обработке индивидуальных результатов подсчитывается суммарная оценка по шкалам СД для каждого уровня социальной среды.
3. Полученные результаты отражаются на графике.
4. Вычисляются средние результаты и стандартное отклонение по группе для каждого уровня социальной среды, строится график групповых результатов.
5. Проводится групповое обсуждение результатов:
  - Сравните полученные результаты, соответствующие различным уровням социальной среды.
  - На каком уровне социальной среды адаптация происходит наиболее сложно? Чем это можно объяснить?
  - Относительно какого уровня получен наибольший разброс данных? Чем это можно объяснить?

2. Работа с диагностической методикой. Изучение самоотношения личности, как параметра адаптированности к социальным условиям жизни.

Цель: изучение направленности подсознательной и рефлексивной установки личности на себя.

Инструкция: У каждого человека есть какое-то представление о самом себе. Выпишите со знаком «плюс» все те черты своего характера, за которые Вы себя любите, которые помогают вам в жизни, и со знаком «минус» — все те черты, которые мешают в жизни, от которых вы хотели бы избавиться.

Интерпретация: Если человек начинает описание с позитивных черт, то можно предположить у него наличие подсознательной позитивной установки на себя; если же с негативных черт — то налицо подсознательная негативная установка.

В результатах диагностики могут иметь место следующие варианты:

- число позитивных черт больше числа негативных;
- число позитивных черт равно числу негативных;
- число негативных черт больше числа позитивных.

Вся эта процедура по выписыванию черт означает выражение рефлексивной установки на себя. Между подсознательной и рефлексивной установками могут сложиться различные соотношения:

— подсознательная позитивная установка сопровождается позитивной рефлексивной установкой (+ +);

— подсознательная позитивная установка сопровождается гармоничной рефлексивной установкой (+ =);

— подсознательная позитивная установка сопровождается негативной рефлексивной установкой (+ -);

— подсознательная негативная установка сопровождается позитивной рефлексивной установкой (- +);

— подсознательная негативная установка сопровождается гармоничной рефлексивной установкой (- =);

— подсознательная негативная установка сопровождается негативной рефлексивной установкой (- -).

И все это весьма несхожие психологические состояния индивидов:

— случай (+ +) наиболее благоприятный с точки зрения психологической конституции индивида: высокая самооценка, уверенность в себе, отсутствие выраженных комплексов, доброжелательность, оптимизм, общительность, открытость, отсутствие «черной» зависти к успехам других, хорошее физическое здоровье, удовлетворенность жизнью практически во всех ее сферах;

— случай (- -) наиболее неблагоприятный с точки зрения психологической конституции индивида: низкая самооценка, неуверенность в себе, наличие множества выраженных комплексов, негативное восприятие мира людей, вещей и отношений, пессимизм, замкнутость, закрытость, «черная» зависть к успехам других, плохое физическое здоровье, тотальная неудовлетворенность жизнью практически во всех ее сферах и т.п.

Остальные случаи представляют собой различные промежуточные варианты. Рефлексия черт с количественной точки зрения отражает степень знания индивидом самого себя, оно может быть низким, средним и высоким. Теоретически, чем полнее индивид представляет себе особенности своего характера, тем больше у него возможностей управлять этими особенностями.

#### *Задания к теме 8. Разработка мероприятий специалистом социальной службы по адаптации личности*

Занятие проводится в форме защиты разработанных систем практических мероприятий по адаптации клиента социальным работником (категория клиента по выбору студента). При разработке мероприятий практического характера необходимо ориентироваться на схему из 5-ти этапов процесса адаптации.

1. Первичная реакция на изменения.
2. Ориентировка.
3. Внутренняя переработка и осмысление.
4. Действия, направленные на изменение.
5. Продуктивное взаимодействие.

Мероприятия должны быть направлены на сопровождение личности в процессе адаптации и помощь в решении задач адаптации на конкретных этапах.

Рекомендуется использовать следующие методические средства работы с клиентом:

- беседа (индивидуальная или групповая формы);
- лекции (просветительского характера), семинары;
- памятки, инструкции;
- экскурсии;

- консультации по возникающим проблемам адаптации;
- тренинги, деловые игры;
- наставничество;
- организация обмена опытом между молодыми и более опытными коллегами (встречи, круглые столы).

Следует также разработать критерии завершения этапа и методы оценки качества прохождения этапа.

При подготовке программы возможно использование следующей таблицы:

Этапы адаптации	Задачи решаемые личностью на данном этапе адаптации	Примерные цели сопровождающих мероприятий	Формы мероприятия
1			
2			
3			
4			
5			

## 6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной и текущей аттестации

### Критерии и показатели оценивания компетенций по дисциплине

компетенция	критерии	показатели (по уровням)
<b>ОПК-6</b> способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества.	<b>Знаниевый</b>  <b>Деятельностный</b>	<b>Начальный уровень (незачет):</b> воспроизведение психолого-педагогических методов для решения проблем личностного развития клиентов вызывает сложности (либо знания отсутствуют) <b>Стандартный:</b> способен к воспроизведению психолого-педагогических методов, применимых для решения задач личностного развития клиентов.  <b>Начальный уровень (незачет):</b> применение психолого-педагогических методов для решения проблем личностного развития клиентов вызывает сложности (либо знания отсутствуют) <b>Стандартный:</b> способен к творческому применению психолого-педагогических знаний для решения задач личностного развития клиентов, проблем социального благополучия личности и общества.
<b>ПК-1</b> способностью к проведению оценки обстоятельств, которые ухудшают или могут	<b>Знаниевый</b>	<b>Начальный уровень (незачет):</b> Воспроизведение знаний по социальной диагностике проблем, затрудняющих жизнедеятельность граждан, и технологиях разработки программ социальной помощи вызывают затруднения.

ухудшить условия жизнедеятельности граждан, определению индивидуальных потребностей граждан с целью постановки социального диагноза и разработки индивидуальных программ предоставления социальных услуг и мероприятий по социальному сопровождению	<b>Деятельностный</b>	<p><b>Стандартный:</b> Обладает знаниями по проведению социальной диагностики обстоятельств затрудняющих жизнедеятельность граждан и разработке программ по предоставлению социальных услуг.</p> <p><b>Начальный уровень (незачет):</b> Оценка обстоятельств затрудняющих жизнедеятельность граждан и разработка программ предоставления услуг по социальной адаптации вызывает затруднения.</p> <p><b>Стандартный:</b> Студент способен к оценке индивидуальных условий жизнедеятельности граждан с целью становления причин их трудных жизненных ситуаций и постановки диагноза, а также к разработке программ предоставления услуг по социальной адаптации.</p>
---	-----------------------	--

### Оценочные средства (примеры)

#### Тестовые задания для контроля знаний студентов

1. Оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей называется:
  - А) самосознанием.
  - Б) уровнем притязания.
  - В) самооценкой.
2. Образ «Я» включает в себя следующие основные компоненты: когнитивный, эмоциональный, ... допишите недостающий.
3. Самосознание включает в себя два уровня - это
  - А) самопознание.
  - Б) «Я-концепцию».
  - В) самоотношение.
4. ... проявляется в степени трудности цели, которую ставит перед собой человек
  - А) самооценка.
  - Б) уровень притязаний.
  - В) когнитивный компонент образа «Я».
5. В Я-концепции выделяют четыре Я-образа. Какие?
6. Из предложенных понятий выстройте логические ряды так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим: сознание, нравственный идеал, личность, человек, направленность, мировоззрение.
7. Допишите недостающее. В сознании человека выделяют три пласта
  - А) отношение к себе.
  - Б) отношение к другим людям.
  - В)....
8. Осознание человеком самого себя, своих собственных качеств – это..
  - А) самосознание.
  - Б) уровнем притязания.
  - В) самооценка.

9. Из предложенных понятий выстройте логические ряды так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим: самосознание, «Я-концепция», личность, «Я-идеальное», человек, сознание.

10. Нормативная система действий, ожидаемых от индивида, в соответствии с его социальной позицией (положением) – это ...

- А) «Я-зеркальное».
- Б) самосознание.
- В) социальная роль.

#### Ключи к тестовым заданиям

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Вариант ответа	В	Оценочно-волевой	А, В	Б	Я-реальное», «Я-идеальное», «Я-фантастическое», «Я-зеркальное»	Человек-сознание-личность-направленность-прав. идеал-мировоззрение	Ожидание отношения других людей к себе	А	Человек-сознание-личность-самосознание-«Я-концепция»-«Я-идеальное»	В

#### Шкала переводы дисциплинарного рейтинга в академические оценки

Дисциплинарный рейтинг	Академическая оценка
62-74%	3 (удовлетворительно)
75-87%	4 (хорошо)
88-100%	5 (отлично)

#### 7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

##### Основная литература

1. Волынская, Л.Б. Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла. — М. : ФЛИНТА, 2012. — 168 с.
2. Наймушина, А.Г. Биосоциальные механизмы адаптации личности / А.Г. Наймушина, Д.Ю. Трушников. — Тюмень : ТюмГНГУ, 2011. — 216 с.
3. Морозова, Г.К. Теоретические аспекты социализации личности. — М. : ФЛИНТА, 2015. — 202 с.
4. Адаптация ребенка в группе и развитие общения на игровом занятии КРУГ / Зарубина Ю.Г., Константинова И.С., Бондарь Т.А., - 3-е изд. - М.:Теревинф, 2015. - 57 с.: ISBN 978-5-4212-0262-2 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=367898>

##### Дополнительная литература

1. Ахвердова О. А., Гюлушанян К. С., Коленкина В. В. Практикум по социальной психологии. — М., 2006.
2. Балл Г. А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии — 1989. — № 1. — С. 92–100.
3. Бендас Т. В. Гендерная психология. — СПб., 2005.
4. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. — СПб., 1998.
5. Дерманова И. Б. Типы социальнопсихологической адаптации и комплекс неполноценности // Вестник СПбГУ. — Сер. 6. — Вып. 1 (№ 6). — 1996. — С. 54–67.
6. Зотова О. И., Кряжева И. К. Методы исследования социальнопсихологических аспектов адаптации личности // Методология и методы социальной психологии. — М., 1977.
7. Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии // Вопросы психологии, 1985, № 1. — С. 103–109.

8. Майерс Д. Социальная психология. — СПб., 2005.
9. Мельникова Н. Н. Диагностика социальнопсихологической адаптации личности. — Челябинск, 2004.
10. Мельникова Н. Н. Классификация стратегий адаптивного поведения // Теоретическая, экспериментальная и практическая психология: Сборник научных трудов / Под ред. Н. А. Батурина. — Челябинск: ЮУрГУ, 2001. — Т. 3. — С. 13–23.
11. Мельникова Н. Н. Процесс социальнопсихологической адаптации. Подходы к изучению // Теоретическая, экспериментальная и прикладная психология: Сборник научных трудов / Под ред. Н. А. Батурина. Челябинск, 1998. — Т. 1. — С. 31–49.
12. Милославова И. А. Адаптация как социальнопсихологическое явление // Социальная психология и философия / Под ред. Б. Д. Парыгина — Л., 1973. — Вып. 2. — С. 111–120.
13. Милославова И. А. Структура социальной адаптации / Герценовские чтения. Философия и социальная психология. — Л.: ЛГПУ, 1976. — С. 109–114.
14. Петровский В. А. Психология неадаптивной активности. — М., 1992.
15. Платонов Ю. П. Основы социальной психологии. — СПб., 2004.
16. Платонов Ю. П. Социальная психология поведения. — СПб., 2006.
17. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А. А. Налчаджян. — М., 2010.
18. Психологические проблемы самореализации личности / Под ред. А. А. Крылова, Л. А. Коростылевой. — СПб., 1997.
19. СВЕЦИЦКИЙ А. Л. Социальная психология. — М., 2004.
20. Селье Г. Очерки об адаптивном синдроме. — М., 1960.
21. Селье Г. Стресс без дистресса. — М., 1982.
22. Социальная психология / Сост. Мокшанцев Р. И., Мокшанцева А. В. — М., 2001.
23. Щетинина А. М. Социализация и индивидуализация в детском возрасте. — Великий Новгород, 2004.
24. Яницкий М. С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики. — М., 2009.

### **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

#### *Электронные библиотеки*

Электронная библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ»: <http://biblio-online.ru/>. Договор № 3074 от 15.11.2017, ежегодное обновление

#### *Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:*

1. ж-л «Вопросы психологии» <http://www.voppsy.ru/>
2. «Психологический журнал» [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut\\_p/psihologic.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html)
3. Вестник московского университета. Серия 14. Психология. [www.psy.msu.ru/science/vestnik/index.html](http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/index.html)
4. Журнал практического психолога [www.viniti.ru/cgi-bin/ben/search.pl?base=1&stage=2&sc=003379](http://www.viniti.ru/cgi-bin/ben/search.pl?base=1&stage=2&sc=003379)
5. European Journal of Work and Organizational Psychology. [www.tandf.co.uk/journals/titles/1359432X.asp](http://www.tandf.co.uk/journals/titles/1359432X.asp)
6. Europe's Journal of Psychology. [www.asub.ro/ejop/](http://www.asub.ro/ejop/)
7. International Journal of Psychology. [www.tandf.co.uk/journals/titles/00207594.asp](http://www.tandf.co.uk/journals/titles/00207594.asp)

### **8. Перечень информационных технологий**

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016), Лицензия 66920993 от 24.05.2016, до 31.05.2018

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016), Лицензия 66975477 от 03.06.2016, до 30.06.2018

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, Лицензия 1FB6151216081242, ежегодное обновление



## **9. Материально-техническая база**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: стандартная учебная мебель (24 учебных посадочных места), стол и стул для преподавателя – по 1 шт., кафедра для лектора – 1 шт., доска настенная трехэлементная – 1 шт.

Помещение для самостоятельной работы (библиотека СмолГУ): читальный зал библиотеки. Учебная мебель (100 посадочных мест), компьютеры – 2 шт.; отдел электронных ресурсов библиотеки: учебная мебель (15 посадочных мест), компьютерный класс с выходом в сеть Интернет (12 компьютеров).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 03B6A3C600B7ADA9B742A1E041DE7D81B0  
Владелец: Артеменков Михаил Николаевич  
Действителен: с 04.10.2021 до 07.10.2022