

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Кубанский государственный университет»  
Факультет управления и психологии  
кафедра психологии личности и общей психологии

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе,  
качеству образования – первый  
проректор  
  
Хагуров Т.А.  
« 29 » мая 2020г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ.08.02 «КРИЗИСЫ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ»**

Направление подготовки	37.03.01 Психология
Направленность (профиль)	Общий профиль
Программа подготовки	академическая
Форма обучения	очно-заочная
Квалификация выпускника	Бакалавр

Краснодар 2020

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.08.02 «Кризисы жизненного пути» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО №946 от 7.08.2014) по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата), профиль «академический бакалавриат».

Программу составил (и):

Ст. преподаватель кафедры психологии личности и общей психологии

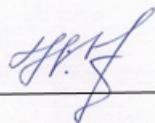
Ковалева Л.В.



---

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры психологии личности и общей психологии  
протокол № 11 «19» мая 2020г.

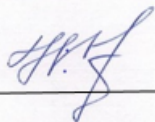
И.о. заведующего кафедрой (разработчика) Н.Н.  
Лупенко



---

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры психологии личности и общей психологии  
протокол № 11 «19» мая 2020г.

И.о. заведующего кафедрой (разработчика) Н.Н.  
Лупенко



---

Утверждена на заседании учебно-методической комиссии факультета управления и психологии протокол № 6 «25» мая 2020г.

Председатель УМК факультета Шлюбуль Е.Ю



---

Рецензенты:

Терещенко Ж.Ю., руководитель проекта Управления распределительными центрами АО «Гандер»

Ясько Б.А., профессор кафедры управления персоналом и организационной психологии, доктор психол. наук

# 1 Цели и задачи изучения дисциплины

## 1.1 Цель дисциплины

В соответствии с ФГОС ВО основными целями изучения дисциплины «Кризисы жизненного пути» являются: получение знаний в рамках проблемы жизненного пути человека и выработка умений и навыков работы с человеком в рамках психологии жизненного пути.

## 1.2 Задачи дисциплины

- изучение новых направлений психологии – психологии жизненного пути;
  - знакомство с новыми методами исследования субъективного восприятия человеком собственной жизни и отдельных жизненных событий;
- выработка навыка психологической интерпретации отношения личности к жизненным событиям.

## 1.3 Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Кризисы жизненного пути» является курсом, включенным в вариативную часть профессионального цикла ООП по направлению подготовки «37.03.01 Психология», квалификация (степень) бакалавр. Дисциплина предназначена для студентов очно-заочной формы обучения.

Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения дисциплин бакалавриата, в том числе «Общая психология», «Психология личности», «Общепсихологический практикум», «Психодиагностика», «Методологические основы психологии» и др.

## 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение дисциплины «Кризисы жизненного пути» направлено на формирование компетенций ПК-3, ПК-4, ПК-14.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ПК-3	Способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	Основные направления оказания психологической помощи индивиду, группе, организации в ситуации кризиса; традиционные методы и технологии оказания психологической помощи в кризисных ситуациях и состояниях	Составлять программы диагностики и профилактики кризисных состояний человека, группы, организации; анализировать факторы возникновения кризисных состояний; находить личностные и групповые ресурсы преодоления кризисных состояний	Навыками диагностики психологического состояния личности, группы, организации в ситуации кризиса; навыками первой психологической помощи в ситуации кризиса
2	ПК-4	Способностью к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессио-	Базовые законы развития личности в контексте жизненного пути, основные теоретические подходы к решению проблемы субъективной оценки личностью событий собственной жизни; факторы риска и ресурсы развития человека на различных этапах онтогенеза	Адекватно определять оптимальные стратегии работы с человеком на разных этапах жизненного пути и в различных ситуациях жизнедеятельности	Приемами составления психологического портрета возраста и составления рекомендаций по профилактике и оптимизации познавательного и личностного развития; основами консультирования в подходах, занимающихся

		нальной и другим социальным группам			работой с событиями жизни личности
3	ПК-14	способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп	Базовые механизмы и компоненты личностного роста и развития индивида и группы; теоретические подходы к пониманию здоровьесберегающего поведения личности, группы, организации	Составлять, анализировать, реализовывать программы поддержки роста индивида и группы; адекватно подбирать методы диагностики динамики личностного роста индивида и группы; проводить мониторинг потенциала развития личности и группы	Базовыми навыками организации тренингов личностного роста; техниками и методами развития психологических ресурсов личности и группы.

## 2 Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы (108 часов).

Распределение общей трудоемкости по видам работ представлено в таблице:

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры				
			1	2	3	4	5
<b>Контактная работа, в том числе:</b>		36,2	5	-	-	-	-
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>		<b>36</b>	<b>36</b>	-	-	-	-
Занятия лекционного типа		18	18	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		18	18	-	-	-	-
Лабораторные занятия		-	-	-	-	-	-
<b>Иная контактная работа:</b>							
Контроль самостоятельной работы (КСР)				-	-	-	-
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2	0,2	-	-	-	-
<b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>		<b>71,8</b>	<b>71,8</b>				
Курсовая работа		-	-	-	-	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала		24	24	-	-	-	-
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)		16	26	-	-	-	-
Реферат		10	10	-	-	-	-
Подготовка к текущему контролю		21,8	21,8	-	-	-	-
<b>Контроль:</b>							
Подготовка к экзамену		-	-	-	-	-	-
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>час.</b>	<b>108</b>	<b>108</b>	-	-	-	-
	<b>в том числе контактная работа</b>	<b>36,2</b>	<b>36,2</b>	-	-	-	-
	<b>зач.ед.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	-	-	-	-

### 2.3 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкость по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые в 5 семестре студентами 3 курса ОЗФО:

	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7

Раздел 1 Введение в курс «Кризисы жизненного пути»		53,8	12	6	-	35,8
1.	Проблема жизненного пути личности в психологии		2	0		6
2.	Современные подходы к изучению жизненного пути личности		2	0		8
3.	Проблема временной перспективы личности		2	0		7,8
4.	Понятие субъективной картины жизненного пути человека		2	0		8
5.	Методы исследования СКЖП		4	6		6
Раздел 2 Личность и кризис		54	6	12	-	36
6.	Понятие нормативного и ненормативного кризиса в психологии		2	0		12
7.	Психологическое сопровождение личности в период кризиса		2	6		12
8.	Современные подходы к изучению психологии трудных жизненных ситуаций		2	6		12
<b>Итого по дисциплине:</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>71,8</b>

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

## 2.3 Содержание разделов дисциплины

### 2.3.1 Занятия лекционного типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
1.	Проблема жизненного пути личности в психологии	Проблема жизненного пути личности в психологии. Начало психологического исследования жизненного пути в работах Ш. Бюллер. Подходы к исследованию жизненного пути (экзистенциальный, гуманистический, психоаналитический). Проблема жизненного пути в работах С.Л. Рубинштейна, Б.Г. Ананьева, К.А. Абульхановой-Славской, Н.А. Логиновой.	Опорные конспекты.
2.	Современные подходы к изучению жизненного пути личности	Современное состояние отечественной и зарубежной проблемы жизненного пути человека. Понятие и структурные компоненты жизненного пути личности. Личность и время жизни.	Опорные конспекты. Индивидуальное задание
3.	Проблема временной перспективы личности	Проблема временной перспективы личности Современные и классические исследования временной перспективы личности. Типы временной ориентации личности. Методы диагностики временной перспективы.	Опорные конспекты. Индивидуальное задание
4.	Понятие субъективной картины жизненного пути человека	Психология субъективной картины жизненного пути человека. Понятие субъективной картины жизненного пути человека. Событийный подход. Субъектно-бытийный подход. Средовой подход	Опорные конспекты. Индивидуальное задание

5.	Методы исследования СКЖП	Методы исследования СКЖП. Связь СКЖП с особенностями личности. Процедура исследования методом каузометрии. Опросник временной ориентации. Контент-анализ автобиографических текстов Анализ ранних детских воспоминаний	Опорные конспекты. Индивидуальное задание
6.	Понятие нормативного и ненормативного кризиса в психологии	Понятие кризиса в философии и психологии. Л.С. Выготский о кризисах развития человека. Понятие нормативного и ненормативного кризиса. Виды нормативных кризисов. Виды ненормативных кризисов.	Опорные конспекты. Индивидуальное задание
7.	Психологическое сопровождение личности в период кризиса	Психологические изменения личности при прохождении кризиса: изменение мотивационной сферы, ценностно-смысловой сферы, самоотношения и самооценки, познавательной сферы, эмоционально-волевой сферы. Основы психологического сопровождения личности и группы в период прохождения кризиса.	Опорные конспекты. Индивидуальное задание
8.	Современные подходы к изучению психологии трудных жизненных ситуаций	Понятие трудной жизненной ситуации в психологии. Современные подходы к анализу психических изменений личности и группы в трудной жизненной ситуации. Объективная и субъективная стороны трудной жизненной ситуации. Понятие совладающего поведения и стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями.	Опорные конспекты.

### 2.3.2 Занятия семинарского типа

№	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля
1	2	3	4
3.	Проблема жизненного пути личности в психологии	-	-
4.	Современные подходы к изучению жизненного пути личности	-	-
3.	Проблема временной перспективы личности	-	-
4.	Понятие субъективной картины жизненного пути человека	-	-
5.	Методы исследования СКЖП	Процедура исследования СКЖП методом каузометрии. Опросник временной ориентации. Контент-анализ автобиографических текстов Анализ ранних детских воспоминаний	Анализ результатов индивидуального задания. Групповая дискуссия.
6.	Понятие нормативного и ненормативного кризиса в психологии	-	-

7.	Психологическое сопровождение личности в период кризиса	Диагностика различных психических процессов личности в ситуации кризиса: изменение мотивационной сферы, ценностно- смысловой сферы, самооценки, познавательной сферы, эмоционально-волевой сферы. Конструирование программы психологического сопровождения личности или группы в период прохождения кризиса.	Анализ результатов индивидуального задания. Групповая дискуссия.
8.	Современные подходы к изучению психологии трудных жизненных ситуаций	Стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями. Механизмы психологической защиты в трудных жизненных ситуациях. Виды психологической помощи в трудных жизненных ситуациях.	Выступление с докладом, презентацией. Групповая дискуссия. Реферат.

### 2.3.3 Лабораторные занятия - не предусмотрены

### 2.3.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов) – не предусмотрена

## 2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№	Вид СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	2	3
1	Проработка теоретического материала (подготовка к семинарам)	Методические указания по организации самостоятельной работы студентов по направлению подготовки 37.03.01 Психология
2	Подготовка индивидуальных заданий (презентаций, сообщений)	Методические указания по организации самостоятельной работы студентов по направлению подготовки 37.03.01 Психология
3	Подготовка рефератов	Методические указания по написанию рефератов студентов по направлению подготовки 37.03.01 Психология
4	Подготовка индивидуальных заданий	Шлыкова Ю. Б. Переживание личностью смысла бытия и тип автобиографического текста / Дисс.на соискание степени канд.психол.наук. – Краснодар, 2006.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа, Для лиц с нарушениями слуха:
- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### **3 Образовательные технологии**

В преподавании курса используются современные образовательные технологии:

- лекции с элементами дискуссии;
- информационно-коммуникативные технологии;
- исследовательские методы в обучении;
- проблемное обучение.

В учебном процессе используются активные и интерактивные формы проведения занятий.

На этапе изучения первых разделов, которые носят теоретический характер используются групповые и самостоятельные формы работы, направленные на осмысление сложных неструктурированных проблем предмета обучения, формирование собственной аргументированной позиции по проблемным аспектам изучаемой темы. Здесь используются такие образовательные технологии как:

- работа в малых группах/парах по разбору конкретных ситуаций;
- лекция с элементами дискуссии.

Последующие разделы для решения поставленных целей в рамках учебной дисциплины требуют использования методов обучения, направленных на формирование умений и навыков специальной аналитики. Для этого внедрены следующие образовательные технологии:

- проведение проблемного семинара, в рамках которого студенты решают прикладные и аналитические задачи;
- индивидуальные и групповые консультации. Индивидуальные консультации проводятся раз в неделю после учебных занятий посредством предметного диалога преподавателя со студентом по различным содержательным и организационным вопросам учебного модуля.

Студентам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется право выбора целей, средств, форм работы, самостоятельной работы в собственном диапазоне возможностей.

Как правило, обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья проводится в академической группе. С целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создания комфортного психологического климата в студенческой группе используется индивидуальный подход к обучению. В отдельных случаях составляется индивидуальный план-график обучения студента с применением дистанционных образовательных технологий.

## **4 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

### **4.3 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля**

Текущий контроль успеваемости студентов осуществляется с помощью оценки работы на семинарских занятиях и выполнения индивидуальных заданий.

Оценка академических достижений студентов с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в соответствии с их возможностями и индивидуальным планом-графиком обучения.

Оценочными средствами текущего контроля являются задания, выполнение которых возможно на основе изучения литературы, осмысления собственного педагогического опыта, способности ответить на контрольные вопросы в рамках изучаемых разделов и практических заданий.

Студенту, выполнившему все работы, автоматически выставляется зачет.

#### **4.3.1 Аттестационная работа 1**

Учащимся предлагается провести исследование жизненного пути личности одним из предлагаемых преподавателем методом.



Техника проведения исследования описывается преподавателем на занятии и представлена в списке дополнительной литературы. Учащиеся проводят по указанной схеме анализ значимых жизненных событий респондента. В устном или письменном виде готовят обработанные результаты и сформулированные выводы и рекомендации. Результаты обсуждаются на занятии в группе.

*Перечень части компетенции, проверяемых оценочным средством:*

ПК-3. Студенты учатся адекватно определять оптимальные стратегии работы с человеком на разных этапах жизненного пути; обучаются приемам составления рекомендаций по профилактике и оптимизации личностного развития; основам консультирования в подходах, занимающихся работой с событиями жизни личности

ПК-4. Студенты осваивают базовые законы развития личности в контексте жизненного пути, основные теоретические подходы к решению проблемы субъективной оценки личностью событий собственной жизни; факторы риска и ресурсы развития человека на различных этапах онтогенеза; овладевают приемами составления психологического портрета возраста, методами диагностики психических процессов с учетом контекста жизненного пути.

*Критерии оценки:*

«удовлетворительно» - участие в психологической диагностике без участия в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«хорошо» - участие в психологической диагностике с содержательным участием в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«отлично» - лидерская позиция и активное участие в групповой деятельности над заданием с содержательным участием в публичном обсуждении и системной аргументации сформулированных выводов.

#### **4.3.2 Аттестационная работа 2**

Диагностика типа временной ориентации.

Учащимся предлагается провести исследование типа временной ориентации одним из методов, предлагаемых преподавателем. Техника проведения исследования описывается преподавателем на занятии и представлена в списке дополнительной литературы. Учащиеся проводят по указанной схеме анализ типа временной ориентации. В устном или письменном виде готовят обработанные результаты и сформулированные выводы и рекомендации. Результаты обсуждаются на занятии в группе.

*Перечень части компетенции, проверяемых оценочным средством:*

ПК-3. Студенты учатся адекватно определять оптимальные стратегии работы с человеком на разных этапах жизненного пути; обучаются приемам составления рекомендаций по профилактике и оптимизации личностного развития; основам консультирования в подходах, занимающихся работой с событиями жизни личности

ПК-4. Студенты осваивают базовые законы развития личности в контексте жизненного пути, основные теоретические подходы к решению проблемы субъективной оценки личностью событий собственной жизни; факторы риска и ресурсы развития человека на различных этапах онтогенеза; овладевают приемами составления психологического портрета возраста, методами диагностики психических процессов с учетом контекста жизненного пути.

*Критерии оценки:*

«удовлетворительно» - участие в психологической диагностике без участия в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«хорошо» - участие в психологической диагностике с содержательным участием в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«отлично» - лидерская позиция и активное участие в групповой деятельности над заданием с содержательным участием в публичном обсуждении и системной аргументации сформулированных выводов.

### 4.3.3 *Аттестационная работа 3*

#### Анализ автобиографических воспоминаний человека

Учащимся предлагается провести исследование структурно-содержательных особенностей автобиографических текстов респондентов. Техника проведения исследования описывается преподавателем на занятии и представлена в списке дополнительной литературы. Учащиеся организуют сбор письменных автобиографических текстов (не менее 3), уточняют и модифицируют предложенную схему анализа текстов, в соответствии проблематике собственного научного исследования. Проводят анализ автобиографических текстов респондентов. В устном или письменном виде готовят обработанные результаты и сформулированные выводы и рекомендации по оптимизации процесса личностного роста респондентов. Результаты обсуждаются на занятии в группе.

*Перечень части компетенции, проверяемых оценочным средством:*

ПК-3. Студенты учатся адекватно определять оптимальные стратегии работы с человеком на разных этапах жизненного пути; обучаются приемам составления рекомендаций по профилактике и оптимизации личностного развития; основам консультирования в подходах, занимающихся работой с событиями жизни личности

ПК-4. Студенты осваивают базовые законы развития личности в контексте жизненного пути, основные теоретические подходы к решению проблемы субъективной оценки личностью событий собственной жизни; факторы риска и ресурсы развития человека на различных этапах онтогенеза; овладевают приемами составления психологического портрета возраста, методами диагностики психических процессов с учетом контекста жизненного пути.

ПК-14. Студенты учатся составлять, анализировать программы поддержки личностного роста индивида и группы; адекватно подбирать методы диагностики динамики личностного роста индивида и группы; проводить мониторинг потенциала развития личности и группы; овладевают базовыми техниками и методами развития психологических ресурсов личности и группы.

*Критерии оценки:*

«удовлетворительно» - участие в психологическом исследовании без участия в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«хорошо» - участие в психологическом исследовании с содержательным участием в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«отлично» - активное участие в психологическом исследовании с содержательным участием в публичном обсуждении и системной аргументации сформулированных выводов; формулирование четких рекомендаций для респондентов.

### 4.3.4 *Аттестационная работа 4*

#### *Исследовательское интервью.*

Учащимся предлагается провести интервью с 1-2 респондентами по теме «Кризисы жизненного пути». Техника проведения исследования описывается преподавателем на занятии и представлена в списке дополнительной литературы. Учащиеся организуют 1 ситуацию интервью. В устном или письменном виде готовят результаты, сформулированные выводы и рекомендации по оптимизации процесса личностного роста респондентов. Результаты обсуждаются на занятии в группе.

*Перечень части компетенции, проверяемых оценочным средством:*

ПК-3. Студенты учатся адекватно определять оптимальные стратегии работы с человеком на разных этапах жизненного пути; обучаются приемам составления рекомендаций по профилактике и оптимизации личностного развития; основам консультирования в подходах, занимающихся работой с событиями жизни личности

ПК-4. Студенты осваивают базовые законы развития личности в контексте жизненного пути, основные теоретические подходы к решению проблемы субъективной оценки личностью событий собственной жизни; факторы риска и ресурсы развития человека

на различных этапах онтогенеза; овладевают приемами составления психологического портрета возраста, методами диагностики психических процессов с учетом контекста жизненного пути.

ПК-14. Студенты учатся составлять, анализировать программы поддержки личностного роста индивида и группы; адекватно подбирать методы диагностики динамики личностного роста индивида и группы; проводить мониторинг потенциала развития личности и группы; овладевают базовыми техниками и методами развития психологических ресурсов личности и группы.

Критерии оценки:

«удовлетворительно» - участие в психологическом исследовании без участия в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«хорошо» - участие в психологическом исследовании с содержательным участием в публичном обсуждении и аргументации сформулированных выводов;

«отлично» - активное участие в психологическом исследовании с содержательным участием в публичном обсуждении и системной аргументации сформулированных выводов; формулирование четких рекомендаций для респондентов.

#### **4.4 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации**

Итоговой формой аттестации является зачет.

Так же для итоговой аттестации используется рейтинговая система оценок, содержащая результаты текущей аттестации (выполнение которых оценивается в баллах, соответствующих числу выполненных заданий).

### **5 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

#### **5.3 Основная литература:**

1. Болотова А.К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. М.: Юрайт, 2018. <https://biblio-online.ru/book/618F59CA-2F6A-401D-BAEB-BF5CB3242D9A/prikladnaya-psihologiya-osnovy-konsultativnoy-psihologii>

2. Хухлаева О.В., Зыков Е.В., Бубнова Г.В. Психология развития и возрастная психология. – М.: Юрайт, 2018. <https://www.biblio-online.ru/book/E815976A-54CE-4F5B-BF26-22ADA2CBF425>

#### **5.4 Дополнительная литература**

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление.- М.: ПЕР СЭ. - 2006. 525 с. - ISBN 5-9292-0146-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86338>

2. Волкова, Т.Г. Практикум по психологии самосознания и саморегуляции : методические материалы к курсу / Т.Г. Волкова ; сост. И.А. Мананникова. - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 62 с. - ISBN 978-5-4458-2241-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=137240>.

3. Решетников М.М. Психическая травма. М.Юрайт, 2018. <https://biblio-online.ru/book/BE17A410-1A62-4A6C-96F8-4C9285B2321A/psihicheskaya-travma>

4. Тревога и тревожность : хрестоматия / сост и общ. ред. В.М. Астапов. - Москва : ПЕР СЭ, 2008. - 240 с. - ISBN 978-5-9292-0167-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233523>

5. Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 320 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-9979-2. <https://biblio-online.ru/book/59B4645D-07A3-40E7-A05E-F074CE92B797/psihologiya-samorazvitiya>

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями

здоровья имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Лань» и «Юрайт».

**5.3 Периодические издания:** Психологический журнал. Вопросы психологии. Человек. Сообщество. Управление. Психологические исследования (<http://psystudy.ru>)

**6. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. <http://kubsu.ru/University/library/resources/Poisk2.php> – электронный каталог Научной библиотеки КубГУ;
2. [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru) – электронная библиотечная система "Университетская библиотека ONLINE";
3. <http://chsu.kubsu.ru/>– научный журнал "Человек. Сообщество. Управление", выпускаемый факультетом управления и психологии КубГУ.
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
5. Электронные полнотекстовые ресурсы по гуманитарным дисциплинам Sage Publications – Sage\_HSS (Humanities and Social Sciences)( <http://online.sagepub.com>.)
6. Мир психологии (<http://psychology.net.ru/>)
7. Psychology-online (<http://psychology-online.net/>)
8. Вопросы психологии (<http://www.voppsy.ru/tr.htm>)
9. Московский психологический журнал (<http://www.mospsy.ru/>)

**7 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины модуля**

Методические указания по организации самостоятельной работы студентов по направлению подготовки 37.03.01 Психология.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

**8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

**8.1 Перечень информационных технологий**

Использование мультимедийных презентаций преподавателем в лекционном формате и при подготовке заданий для практических занятий студентами, использование Интернет-технологий, общение с преподавателем по электронной почте.

**8.2 Перечень необходимого программного обеспечения**

Программное обеспечение в рамках программы компании Microsoft “Enrollment for Education Solutions” DsktpEdu ALNG LicSAPk MVL Дог. №67-АЭФ/223-Ф3/2018 от 2018 Desktop Education ALNG LicSAPk MVL Pre2017EES A Faculty EES Дог. №344/145 от 28.06.2018 Антивирусная защита физических рабочих станций и серверов: Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational Renewal License

**8.3 Перечень информационных справочных систем:**

1. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru/>)
2. Электронный каталог библиотеки КубГУ <http://www.kubsu.ru/node/>

**9 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

№	Вид работ	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и оснащенность
1.	Лекционные занятия	Лекционная аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО).
2.	Семинарские занятия	Аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО).
3.	Групповые (индивидуальные) консультации	Аудитория, оснащенная достаточным количеством мест, для проведения групповых и индивидуальных форм консультирования, оснащенная компьютером и соответствующим программным обеспечением (ПО)
4.	Текущий контроль, промежуточная аттестация	Аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО).