

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт педагогики и психологии
Кафедра психологии**



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института педагогики и психологии

М.В. Рудь

«30» *января* 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Личностные и возрастные кризисы

По направлению подготовки – 37.04.01 Психология

Программа магистратуры – «Психология развития»

Квалификация выпускника – магистр

Форма обучения – очная

Курс: 2 (4 семестр)

Луганск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки магистров по направлению подготовки: 37.04.01 Психология очной и очно-заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 841, приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. №1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования».

СОСТАВИТЕЛЬ:

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии
ФГБОУ ВО «ЛГПУ», профессор Барышева Елена Ивановна

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры психологии «10» января 2025 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой психологии Т.В. Балицкая-Крещенко



ОДОБРЕНА на заседании Учебно-методической комиссии Института педагогики и психологии «28» января 2025 г., протокол № 9.

Председатель учебно-методической комиссии

Института педагогики и психологии _____ Б.А. Дьяченко



СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования



В.В. Савенков

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины.

Цель изучения дисциплины –

формирование у студентов представления о движущих силах развития и основных новообразованиях психики, возникающих у человека на каждом возрастном этапе, ознакомить студентов с основными понятиями, теориями и проблемами психологии развития личности, прослеживая связи между методологическим, теоретическим и эмпирическим уровнями научного знания.

Задачи:

- формирование психологической компетентности;
- формирование у студентов представления о возрасте не как объективной реальности, а как о понятии, “выведенном из теории развития и принципа периодизации” и позволяющем расчленить весь временной интервал жизни на отдельные периоды;
- знакомство с основными проблемами развития, его периодизации и попытками их решения, с основными проблемами личности в кризисных ситуациях;
- приобретение навыков целостного описания личности с позиции возраста, формирование способности к решению профессиональных задач с учетом возрастных особенностей конкретной личности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Личностные и возрастные кризисы» входит в вариативную часть блока 1 «Дисциплины» подготовки студентов по направлению подготовки 37.04.01 Психология (программа магистратуры «Психология развития»).

Основывается на базе дисциплин: «Общая психология», «Возрастная психология», «Социальная психология», «Основы психологического консультирования». Является основой для освоения дисциплин психолого-педагогического цикла.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

Знания:

- основных областей работы и видов деятельности психолога; этапов профессионального становления; требований, предъявляемых профессией к личности психолога;
- психических явлений, категорий, методов изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики,
- психологических технологий, позволяющие решать типовые задачи в различных областях практики; основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества; принципы организации учебно-воспитательного процесса.

Умения:

- логического мышления, классификации и систематизации данных, способности к самостоятельной работе и работе с литературой;

Навыки:

- саморефлексии, способствующие осмыслению целей и задач своей

профессиональной подготовки, успешному проектированию своего профессионального будущего;

- устанавливать связи между теоретическим и эмпирическим уровнями познания психической активности человека; применять общепсихологические знания о познавательной, эмоциональной, мотивационно-волевой сферах личности в целях понимания, постановки и разрешения профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности;

- профессионально воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Общая психология», «Возрастная психология», «Социальная психология», «Основы психологического консультирования» и служит основой для освоения дисциплин, где важно знание особенностей человека.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисц.
Общепрофессиональные		
ОПК-5 – способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций	ИОПК – 5.1. Знает основные стратегии, виды и формы вмешательства, принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера, основные подходы к идентификации индивидуальной и статистической нормы в контексте оказания психологической помощи. ИОПК – 5.2. Умеет организовывать мероприятия по оказанию психологической помощи, применять стандартные программы психологического сопровождения, развития и коррекции в основных областях деятельности психолога ИОПК – 5.3. Владеет базовыми приемами психологической помощи, развивающими и коррекционными технологиями, методами индивидуальной и групповой работы.	Знает: базовые законы психического развития в онтогенезе; существенные психологические характеристики личности на каждом из этапов онтогенетического развития; основные стратегии, виды и формы вмешательства, принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера, основные подходы к идентификации психологической проблемы в контексте оказания психологической помощи при личностных и возрастных кризисах. Умеет: организовывать мероприятия по оказанию психологической помощи в кризисных ситуациях, применять программы психологического сопровождения, развития и коррекции в основных областях деятельности психолога при оказании помощи в кризисных

		<p>личностных ситуациях; Владеет: базовыми приемами психологической помощи, развивающими и коррекционными технологиями, методами индивидуальной и групповой работы оказания психологической помощи при личностных и возрастных кризисах.</p>
Профессиональные		
<p>ПК-4 – способен проводить психологическое обследование и психологическое консультирование населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами</p>	<p>ИПК – 4.1. Знает предмет, цели и задачи психологического обследования и психологического консультирования населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях ИПК – 4.2. Знает современные подходы к психологическому консультированию; профессиональные требования к диагностике, формам и методам психологического обследования и консультирования ИПК – 4.3. Умеет проводить психологическое обследование и психологическое консультирование населения, трудовых коллективов, участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами ИПК – 4.4. Умеет оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций; разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач; разрабатывать программы групповой работы психологической поддержке клиентов (участников образовательного процесса, семей в трудных жизненных ситуациях в соответствии с заявленными проблемами) ИПК – 4.5. Владеет навыками</p>	<p>Знает: современные подходы к психологическому консультированию; профессиональные требования к диагностике, формам и методам психологического обследования и консультирования в условиях личностных и возрастных кризисов клиентов; Умеет: оказывать психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций; разрабатывать программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных психологических проблем; Владеет навыками: проведения группового и индивидуального консультирования клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию; Владеет навыками диагностики, проведения экспертизы и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам. Владеет коммуникативными техниками психоконсультативного процесса</p>

	<p>проведения группового и индивидуального консультирования клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию</p> <p>ИПК – 4.6. Владеет навыками диагностики, проведения экспертизы и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p> <p>ИПК – 4.7. Владеет коммуникативными техниками психоконсультативного процесса</p>	
--	---	--

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	ОФО	ОЗФО
Общая трудоемкость дисциплины	108	–
Обязательная аудиторная нагрузка (всего часов), в том числе:	36	–
Лекции	10	–
Семинарские занятия	26	–
Практические занятия		
Лабораторные работы		
КСР	36	
Курсовая работа (курсовой проект)		
Другие формы и методы организации образовательного процесса (<i>групповые дискуссии, контрольные работы, анализ деловых ситуаций, консультации и т.п.</i>)		
Самостоятельная работа студента (всего часов)	36	–
Форма аттестации	экзамен	–

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1 - 2. Психология кризиса.

Понятие кризиса. Различные классификации видов кризиса. Кризисные состояния. Стресс, фрустрация, конфликт, кризис как маркеры критической жизненной ситуации.

Тема 3 - 4. Эмоциональная сфера личности в условиях кризиса.

Типы ситуационных реакций на стресс (А.Г. Амбрумова). Факторы, влияющие на формирование различных ситуационных реакций.

Понятие биографического кризиса (Р.А.Ахмеров). Типы биографических кризисов. Определение личностного кризиса. Содержание и типологии.

Тема 5 .Возрастные кризисы.

Пренатальная психология. Кризис рождения. Кризис 1 года. Раннее детство. Кризис 3-х лет. Дошкольное детство. Кризис 7-ми лет. Подростковый возраст. Кризис подросткового возраста. Кризис самоопределения.

Тема 6. Кризисы взрослой жизни.

Кризис отделения от родительской семьи. Кризис «середины жизни» и его ценностно-смысловое значение для построения перспективы жизни. Кризис 40-летия. Факторы, обуславливающие его возникновение, течение и разрешение. Кризисы пожилого возраста

Тема 7 - 8. Кризисы семейной жизни.

Развод как семейный и личностный кризис.

Тема 9 – 10.Психическая травма как психологический личностный кризис.

Катастрофы и чрезвычайные ситуации как причины психологического кризиса. Война как источник травмы.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		ОФО	ОЗФО
1 - 2	Психология кризиса	2	—
3 - 4	Эмоциональная сфера личности в условиях кризиса.	2	—
5	Возрастные кризисы.	2	—
6	Кризисы взрослой жизни	2	—
7 – 8	Кризисы семейной жизни. Развод как семейный и личностный кризис.	2	—
9 - 10	Психическая травма как психологический кризис. Война как источник травмы.	-	—
Итого:		10 час.	—

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1 - 2	Кризисы развития. Кризисы взрослой жизни.	4	—
3	Психологическая помощь в проживании нормативных возрастных кризисов.	4	—
4	Измена как психическая травма, как психологическая причина личностного кризиса и кризиса семейных отношений.	4	—
5	Болезнь как психическая травма	4	—
6	Терроризм как источник психической травматизации. Психический терроризм. Жизнь в секте как психическая травма.	5	—
7 – 8	Основные способы выхода из кризиса – конструктивные и деструктивные	5	—
Итого:		26 час.	—

4.5. Лабораторные работы – не предусмотрены

4.6. Самостоятельная работа студентов

№	Название темы	Вид СРС	Объем часов
---	---------------	---------	-------------

п/п			ОФО	ОЗФО
1	Базовые темы курса	Словарь психологических категорий курса	14	—
2	Базовые темы курса	Конспекты дополнительной литературы (3 источн.)	14	—
3.	Кризисы взрослой жизни.	Содержательные характеристики и задачи кризисов.	14	—
4.	Классификации психической травматизации личности	Основные тезисы.	14	—
5.	Базовые темы курса	Анализ психологических особенностей по литературным произведениям	16	—
Итого:			72 час.	—

4.7. Курсовые работы. – Не предусмотрены.

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся необходимо использовать инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы должны быть направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

Информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (дистанционные формы обучения; выполнение заданий и их проверки с использованием сети Интернет);

Работа в команде: совместная работа студентов в группе в процессе изучения и схематизации учебного материала; привлечение студентов-филологов к посещению мастер-классов Центра психологической помощи как дополнительного ресурса психологических знаний.

6. Формы контроля освоения дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущими практические занятия по дисциплине в следующих формах:

- тестирование;
- письменные домашние задания;
- контрольные работы;
- выполнение дополнительных заданий из раздела «Самостоятельная работа студента»;

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме письменного экзамена (включает в себя ответ на теоретические вопросы и решение задач).

Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплины (в приложении).

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

- Амбрумова А.Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика //Психологический журнал. – 1985. - №6.
- Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита. //Психологический журнал. – 1984. - №1.
- Белашева, И. В. Психология кризисных состояний личности: курс лекций : учебное пособие / И. В. Белашева, М. Л. Есаян, В. А. Мищенко. — Ставрополь : СКФУ, 2022. — 166 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/386666>
- Возрастная и педагогическая психология /Под ред. А.В.Петровского. – М., 2017.
- Выготский Л.С. Собр.соч. – М., любое издание.
- Гнездилов А.В. Психология и психотерапия потерь. – СПб., 2019.
- Кризисная психология. Справочник практического психолога /Сост. С.Л.Соловьева. М., 2018. – 288 с.
- Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. Возрастная психология. Полный жизненный цикл человека. – М., 2018.
- Обухова Л.Ф. Возрастная психология. – М., 2017.
- Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. – М., 2019.
- Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. – Ростов-на-Дону, 2016. – 316 с.
- Соловьева С.Л. Психология экстремальных состояний. – СПб., 2018.
- Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб., 2021.
- Ташлыков В.А. Психология лечебного процесса. – СПб., 2016
- Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология. – М., 2015. – 349 с.
- Хухлаева О.В. Кризисы взрослой жизни. – М., 2019. – 208 с.

б) дополнительная литература:

К разделу «Возрастные кризисы»

- * *«Пренатальная психология»; «Раннее развитие»; «Раннее детство»; «Дошкольное детство»;*
- КрайгГрэйс. Психология развития. – СПб, 2021.
- Брусиловский А.И. Жизнь до рождения. – М., 2016.
- Мещерякова С.Ю. Психологическая готовность к материнству //Вопросы психологии. - 2000. - №5. - С.18-27
- Филиппова Г.Г. Материнство: сравнительно-психологический подход.// Психологический журнал. 1999. Т.20. №5. С.81-88.
- Брутман В.И. Радионова М.С. Формирование привязанности матери к ребенку в период беременности //Вопросы психологии. – 1997. - №7. – С.38-47.

- Родителям о ребенке первого года жизни. Справочн. изд-е. /Под ред. Е.М.Лукьяновой. – М., 2019.
- Поливанова Н. Специфические характеристики развития в переходные периоды (Кризис 1 года). //Вопросы психологии. – 1999. - №1. – С.42-49.
- Кольцова М.М. Ребенок учится говорить. – М., 2019.
- ИбукаМасару. После трех уже поздно. – М., 2021.
- Кэмпбелл Росс. Как на самом деле любить детей.
- Корнеева Е.Н. Эти загадочные малыши (от 2 до 7 лет). – Ярославль, 2019.
- Хоментаскас Г.Т. Семья глазами ребенка. – М., 2017.

* «Психологическая подготовка к школьному обучению»;

«Психология младшего школьника»

- Мухина В.С. Детская психология
- Мухина В.С. Шестилетний ребенок в школе. – М., 2016.
- Безруких М.М., Ефремова С.П. Знаете ли вы своего ученика. – М., 2017.
- Ермолова Т.В., Мещерякова С.Ю., Ганошенко Н.И. Особенности личностного развития дошкольников в предкризисной фазе и на этапе кризиса 7 лет //Вопросы психологии. – 1999. - №1. - С.50-60.
- Цукерман Г.А. Школьные трудности благополучных детей. – М., 2021.

* «Психология подросткового возраста»; «Ранняя юность»

- Соколова В.Н., Юзефович Г.Я. Отцы и дети в меняющемся мире.
- Прихожан А.М., Толстых И.Н. Подросток в учебнике и в жизни.
- Леви В.Л. Нестандартный ребенок.
- Как построить свое «Я» /Под ред. Зинченко В.П. – М., 2021.
- Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков.
- Фельдштейн Д.И. Психологические основы общественно-полезной деятельности подростков.
- Кон И.С. Психология ранней юности.
- Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание.
- Кон И.С. Открытие «Я».
- Кон И.С. Дружба.
- Формирование личности в переходный период: от подросткового к юношескому возрасту /Под ред. И.В.Дубровиной.

К разделу «Кризисы взрослой жизни»

- Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость. М., 2021. – 289
- Шахматов Н.Ф. Психическое старение : счастливое и болезненное. – М., 2018. – 304 с.
- Шихи Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста. – СПб., 2016. – 436 с.

*К разделу «Психическая травма как психологический и личностный кризис»

- Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. //Психологический журнал. – 2001. – Т.22. - №1.

в) Интернет-ресурсы: <http://koob.ru>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины могут быть использованы мультимедийные средства; наборы слайдов или кинофильмов; демонстрационные приборы;

Лекционные занятия: аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук;

Практические занятия: пакеты заданий тестовых материалов, тексты психологических задач; раздаточный материал

Прочее: рабочее место преподавателя, рабочие места студентов.

9. Лист дополнений и изменений к рабочей программе

№ п/ п	Дата внесения изменения / дополнения	Основа ние	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение/дополн.	
				Зав.каф.	директор