

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС  
Факультет государственного и муниципального управления  
Кафедра психологии

УТВЕРЖДЕНА  
кафедрой психологии  
Протокол от «29» августа 2018 г.  
№ 8

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ДИСЦИПЛИНЫ**

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ  
К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА  
(ФТД.1)**

не устанавливается

*краткое наименование дисциплины*

по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности  
специализация: «Морально-психологическое обеспечение служебной  
деятельности»  
квалификация выпускника: Психолог  
форма обучения: очная

Год набора - 2019

Новосибирск, 2018 г.

**Автор – составитель:**

канд. психол. наук, доцент, доцент кафедры психологии М.О. Рубцова

**Заведующий кафедрой психологии**

канд. психол. наук, доцент И.М. Войтик

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО.....	4
3. Содержание и структура дисциплины.....	5
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине.....	6
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	9
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	10
6.1.Список основной литературы.....	10
6.2.Список дополнительной литературы.....	11
6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы.....	11
6.4. Нормативные правовые документы.....	11
6.5. Интернет-ресурсы.....	12
6.6. Иные источники.....	12
7.Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы.....	12

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

1.1 Дисциплина ФТД.1 Социально-психологическая адаптация первокурсников образовательной среде вуза обеспечивает овладение следующей компетенцией с учетом этапа:

Таблица 1

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС – 3	Способность работать в коллективе в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	УК ОС – 3.1	Способность организовать профессиональную деятельность в коллективе с учетом цивилизационного культурного опыта взаимодействия этнических, социальных, конфессиональных, антропологических и др. различий.

1.2. В результате освоения дисциплины должны быть сформированы:

Таблица 2

ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта)	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
	УК ОС – 3.1	<p>на уровне знаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о специфических культурных, антропологических характеристиках функционирования человека в различных социальных группах</li> </ul> <p>на уровне умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать мотивацию для эффективного взаимодействия в решении проблем человека в социальных группах</li> </ul>

## 2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

### Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах 1.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем: лекции – 2, практические – 8, самостоятельная работа студента - 28.

### Место дисциплины

Дисциплина ФТД.1 Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа изучается на 1 курсе в 1 семестре.

### 3. Содержание и структура дисциплины

Таблица 3

№п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости <sup>1</sup> , промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			л	лр	пз	КСР		
Раздел 1	<b>Введение в психологию адаптации</b>	<b>36</b>	<b>2</b>		<b>6</b>		<b>28</b>	
Тема 1.1	Понятие адаптации и теории адаптации	18	1		3		14	Э
Тема 1.2	Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника к образовательной среде вуза	18	1		3		14	ПЗ
Промежуточная аттестация								зачет
<b>Всего</b>		<b>36</b>	<b>2</b>		<b>6</b>		<b>28</b>	ак.ч.
		<b>1</b>						з.е.
		<b>27</b>						ас.ч.

#### Содержание дисциплины

##### Раздел 1. Введение в психологию адаптации

##### Тема 1.1 Понятие адаптации и теории адаптации

Адаптация как процесс, состояние и свойство. Адаптация как общий принцип взаимодействия индивида и среды. Адаптация и развитие. Проблема целесообразности процесса адаптации. Модели процесса адаптации на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровне. Различные подходы к пониманию процесса адаптации и управления ею.

##### Тема 1.2 Формы адаптации и стратегии адаптивного поведения

Формы адаптации и стратегии поведения к образовательной среде вуза. Личностные особенности первокурсников. Активные и пассивные стратегии адаптивного поведения первокурсников к образовательной среде вуза. Самоизменение и изменение среды как основные направления процесса адаптации. Избегающее поведение. Смена социальной среды и ограничение контактов с внешним миром, как формы адаптации.

<sup>1</sup>Формы текущего контроля успеваемости: эссе (Э), практическое задание (ПЗ)

## 4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

### 4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся промежуточной аттестации

4.1.1. В ходе реализации дисциплины ФТД.1 Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

Таблица 4

Тема (раздел)		Методы текущего контроля успеваемости
<b>Раздел 1. Введение в психологию адаптации</b>		
Тема 1.1.	Общие положения психологии адаптации	Эссе
Тема 1.2	Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника в образовательной среде вуза	Выполнение письменного задания

4.1.2. Зачет проводится с применением следующих методов (средств): устного/письменного ответа на вопросы и устного/письменного выполнения практических заданий.

### 4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

#### Типовые оценочные средства по теме 1.1. Общие положения психологии адаптации (темы эссе)

1. Особенности моей социально-психологической адаптации в Вузе.
2. Мои ожидания от обучения в ВУЗе.
3. Система взаимоотношений в моей студенческой группе.
4. Возникающие у меня трудности в ходе социально-психологической адаптации в Вузе.
5. Мои стратегии повышения социально-психологической адаптации.

#### Типовые оценочные средства по теме 1.2 Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника к образовательной среде вуза (практические задания)

Задание 1. Заполните таблицу и выберите характерную Вам, проанализируйте ее привлекательность для Вас.

Стратегии поведения	Характеристика
Конфронтация	
Дистанцирование	
Самоконтроль	
Поиск социальной поддержки	
Принятие ответственности	
Бегство-избегание	

<b>Планирование решения проблемы</b>	
<b>Положительная переоценка</b>	

Составьте возможным план действий, направленный на расширение стратегий совладающего поведения.

Задание 2. Заполните таблицу выберите характерные Вам, проанализируйте степень затруднения и возможные причины.

<b>Трудности социально-психологической адаптации</b>	<b>Способы совладания с трудностями</b>
Низкое количество контактов в группе	
Трудности в общении с преподавателями	
Желание вернуться домой	
Трудности управления своим временем	

Составьте возможным план беседы, направленный на сбор информации о трудностях социально-психологической адаптации и практические рекомендации по повышению уровня СПА.

*Полный перечень заданий находится на кафедре психологии в УМК-Д.*

### **4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

4.3.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования

Таблица 5

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС – 3	Способность работать в коллективе в сфере своей профессиональной деятельности, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	УК ОС – 3.1	Способность организовать профессиональную деятельность в коллективе с учетом цивилизационного культурного опыта взаимодействия этнических, социальных, конфессиональных, антропологических и др. различий.

Таблица 6

<b>Этап освоения компетенции</b>	<b>Показатель оценивания</b>	<b>Критерий оценивания</b>
----------------------------------	------------------------------	----------------------------

<p>1 этап (код этапа – УК ОС–3.1) Способность организовать профессиональную деятельность в коллективе с учетом цивилизационного культурного опыта взаимодействия этнических, социальных, конфессиональных, антропологических и др. различий.</p>	<p>Способен понимать и интерпретировать культурный опыт человечества и использовать его в социальной группе. Способен использовать методы эмоциональной регуляции в профессиональной деятельности. Способен организовывать профессиональную деятельность, учитывая культурные различия его участников. Способен применять культурологические подходы в профессиональной деятельности.</p>	<p>Понимает значимость собственной деятельности для разрешения психологических проблем человека в социальных группах. Оперировать специфическими профессиональными категориями и понимает специфику деятельности в различных социальных группах. Проявляет организационные способности.</p>
--	---	---

#### 4.3.2. Типовые оценочные средства

##### Типовые вопросы для подготовки к зачету

1. Что такое «социально-психологическая адаптация»?
2. Какие стадии имеет социально-психологическая адаптация?
3. Какие факторы влияют на социально-психологическую адаптацию студентов в Вузе?
4. Как понимается процесс адаптации в различных психологических направлениях?
5. Адаптация на микро-, мезо- и макроуровнях социальной среды.
6. Каковы механизмы социально-психологической адаптации?
7. Какова взаимосвязь психологических защит и социально-психологической адаптации?
8. Какие стратегии поведения в адаптационном процессе существуют?
9. Каковы способы регуляции психофизиологического адаптационного состояния?
10. Каковы условия формирования индивидуального стиля социально-психологической адаптации?
11. Как влияют этнические, социальные, конфессиональные, антропологические особенности группы на процесс ее социально-психологической адаптации?
12. Как взаимосвязаны культурный опыт социального взаимодействия группы и процесс ее адаптации?
13. Какими методами организации социального взаимодействия в рабочей группы психолог может оказывать влияние на процесс социально-психологической адаптации специалистов?

*Полный перечень заданий находится на кафедре психологии в УМК-Д.*

#### Шкала оценивания

Таблица 7

Зачет	Критерии оценки
-------	-----------------



незачтено	<p>Не анализирует специфику этнических, социальных, конфессиональных, антропологических особенностей взаимодействия групп.</p> <p>Не выявляет культурный опыт социального взаимодействия групп.</p> <p>Не владеет методами организации взаимодействия рабочей группы в профессиональной деятельности.</p>
зачтено	<p>Анализирует специфику этнических, социальных, конфессиональных, антропологических особенностей взаимодействия групп.</p> <p>Выявляет культурный опыт социального взаимодействия групп.</p> <p>Владеет методами организации взаимодействия рабочей группы в профессиональной деятельности.</p>

#### **4.4. Методические материалы промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация по дисциплине «Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа» проводится в форме устного (или письменного) зачета.

Зачет включают ответы на теоретические вопросы и выполнение практических заданий. Ответы на теоретические вопросы могут даваться в устной или письменной форме. Выполнение практических заданий проводится в устной/письменной форме.

Для получения положительной оценки достаточно изучить рекомендуемую основную литературу, а также усвоить умения и навыки в ходе контактной работы с преподавателем путем опроса и выполнения различных практических заданий.

Студент при подготовке к ответу по билету формулирует ответ на вопрос, а также выполняет задание (письменно либо устно, в зависимости от содержания задания).

При ответе студент должен полно и аргументировано ответить на вопрос билета, демонстрируя знания либо умения в его рамках.

### **5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Изучение дисциплины «Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа» состоит в последовательном освоении 1 раздела «Введение в психологию адаптации». В первой теме 1.1 «Общие положения психологии адаптации» рассматривается понятие «адаптация», «социально-психологическая адаптация», различные подходы к структуре и стадиям адаптации. Студенту рекомендуется изучить соответствующую литературу по данному разделу, сделать конспект, в котором отражаются ключевые моменты темы. Во второй теме 1.2 «Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника в образовательной среде вуза» рассматриваются вопросы, связанные с трудностями социально-психологической адаптации студента к новым условиям обучения в Вузе. Изучение данного раздела позволит студенту проанализировать возникающие трудности, познакомиться с различными стратегиями совладания с ними, приобрести навыки самоорганизации.

При подготовке к практическим занятиям необходимо особое внимание уделять качеству усвоения теоретического материала, пониманию определений, положений различных подходов и т.д. При необходимости вынести вопросы,

вызывающие затруднение, на групповое обсуждение и получить необходимые разъяснения от преподавателя. Студентам задается домашнее задание, которое необходимо выполнять регулярно.

### ***Методические рекомендации для подготовки эссе***

Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных умозаключений. Эссе должно содержать чёткое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме (рекомендуемый объём эссе – 10 тысяч знаков).

### ***Методические рекомендации по выполнению практических заданий.***

Выполнение практических заданий следует начинать с повторения теоретических материалов лекции на соответствующую тему, а также изучить дополнительную литературу по теме, рекомендованную преподавателем. Затем необходимо внимательно изучить формулировку задания, для того чтобы выполнить его наиболее точно и полно. По окончании выполнения практического задания необходимо кратко обозначить возникшие у студента трудности при выполнении задания и способы совладания с ними.

Итогом практических заданий является вывод о полученных результатах (где и каким образом можно использовать результаты в профессиональной деятельности психолога).

## **6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

### **6.1.Список основной литературы**

1. Богдан, Н. Н. Технология успеха :учеб.пособие для студентов всех форм и технологий обучения / Н. Н. Богдан, Т. В. Климова, Э. Н. Климова ; Рос. акад. нар. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ, Сиб. ин-т упр. - Новосибирск : Изд-во СибАГС, 2013. - 113 с. – То же [Электронный ресурс]. – Доступ из Б-ки электрон. изд. / Сиб. Ин-т упр. - филиал РАНХиГС. – Режим доступа :<http://siu.ranepa.ru>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
2. Волынская, Е. В. Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла [Электронный ресурс] :учеб.пособие / Е. В. Волынская. - Электрон.дан. — Москва : Флинта, 2012. - 165 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа :<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=103494>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
3. Организация учебной деятельности студентов [Электронный ресурс] :учеб.пособие / Т. И. Ахмедова [и др.]. - Электрон.дан. – Москва : Российский государственный университет правосудия, 2011. - 312 с. - Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа :<http://www.iprbookshop.ru/5776>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

4. Субботина, Л. Г. Психологическая адаптация к условиям образовательной среды [Электронный ресурс] :учеб.пособие / Л. Г. Субботина - Электрон. дан. — Кемерово :КемГУ, 2014. - 160 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа :<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278525>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

## **6.2.Список дополнительной литературы**

1. Методы диагностики социально-психологической адаптивности [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / сост. В. Н. Клейменов, И. Г. Шалагинова. — Электрон.дан. — Калининград :Балт. федер. ун-т им. И. Канта, 2007. — 22 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа :<http://www.iprbookshop.ru/23801>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

2. Налчаджян, А. А. Атрибуция, диссонанс и социальное познание [Электронный ресурс]: монография / А. А. Налчаджян. — Электрон.дан. — Москва :Когито-Центр, 2006. — 415 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа :<http://www.iprbookshop.ru/3853>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

3. Проектирование и организация самостоятельной работы студентов в контексте компетентностного подхода [Электронный ресурс] : межвузовский сборник научных трудов / под ред. А. А. Орлова. - 2-е изд., стер. – Электрон.дан. - Москва :Директ-Медиа, 2014. - Вып. 1. - 229 с. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. – Режим доступа :[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=231580&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=231580&sr=1), требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016) – Загл с экрана.

4. Рудкова, С. Г. Сопровождение процесса адаптации студентов младших курсов вуза [Электронный ресурс] / С. Г. Рудкова // Психология обучения. – Электрон. журн. - 2011. - № 8. – С. 58-66. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. - Режим доступа :<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=209636>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

5. Создание условий для адаптации первокурсников к учебному процессу в высшей школе [Электронный ресурс] : материалы V город.междунар. семинара. - Электрон.дан — Новосибирск : НГАУ, 2011. - 41 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа :<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=230494>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

## **6.3 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

1. Войтик, И. М. Психология :учеб.пособие для всех форм обучения по направлениям подгот. : 081100.62 - Гос. и муницип. упр., 080400.62 - Упр. персоналом / И. М. Войтик ; Рос. акад. нар. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ, Сиб. ин-т упр. - Новосибирск : Изд-во СибАГС, 2012. - 242 с. – То же [Электронный ресурс]. – Доступ из Б-ки электрон. изд. / Сиб. Ин-т упр. - филиал РАНХиГС. – Режим доступа :[http://siu.ranepa.ru/UMM\\_1/3154/Psy\\_UP\\_12.pdf](http://siu.ranepa.ru/UMM_1/3154/Psy_UP_12.pdf), требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

## **6.4 Нормативные правовые документы.**

Нормативные правовые документы не используются.

## 6.5. Интернет-ресурсы

1. [www.psy.msu.ru/science/vestnik/](http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/) Вестник Московского университета. Серия 14. Психология
2. [www.voppsy.ru/](http://www.voppsy.ru/) Вопросы психологии
3. <http://prakpsyjournal.ru/> Журнал практического психолога
4. [http://www.mpsu.ru/mag\\_mir\\_psychologii\\_content](http://www.mpsu.ru/mag_mir_psychologii_content) Мир психологии
5. <http://npsyj.ru/> Национальный психологический журнал
6. <http://psystudy.ru/> Психологические исследования
7. [http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut\\_p/psihologic.html](http://www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/psihologic.html) Психологический журнал
8. <https://psy-journal.hse.ru/> Психология. Журнал Высшей школы экономики
9. <http://www.koob.ru/> Электронная библиотека
10. <http://znanium.com/> Электронно-библиотечная система

## 6.6. Иные источники.

Иные источники не используются.

## 7. Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

Таблица 8.

№п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Экран, компьютер с подключением к локальной сети института, и выходом в Интернет, звуковой усилитель, антиподаватель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна настольная, доска аудиторная
2	Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа	Стол� аудиторные, стулья, трибуна, доска аудиторная
3	Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа. Лаборатория личностного и профессионального развития. Кабинет видеотренингов.	Компьютер с подключением к локальной сети института и выходом в Интернет, телевизор, DVD-проигрыватель, музыкальные центры, видеокамера, видеомагнитофон
4	Специализированный кабинет для занятий с маломобильными группами (студенты с ограниченными возможностями здоровья)	Экран, компьютеры с подключением к локальной сети института и выходом в Интернет, звуковой усилитель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна настольная, доска аудиторная, офисные кресла
5	Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Компьютерные классы	Компьютеры с подключением к локальной сети института (включая правовые системы) и Интернет, столы аудиторные, стулья, доски аудиторные.

6	Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Центр интернет-ресурсов	Компьютеры с выходом в Интернет, автоматизированную библиотечную информационную систему и электронные библиотечные системы: «Университетская библиотека ONLINE», «Электронно-библиотечная система издательства ЛАНЬ», «Электронно-библиотечная система издательства «Юрайт», «Электронно-библиотечная система IPRbooks», «Университетская Информационная Система РОССИЯ», «Электронная библиотека диссертаций РГБ», «Научная электронная библиотека eLIBRARY», «EBSCO», «SAGE Premier». Система федеральных образовательных порталов «Экономика. Социология. Менеджмент», «Юридическая Россия», Сервер органов государственной власти РФ, Сайт Сибирского Федерального округа и др. Экран, компьютер с подключением к локальной сети филиала и выходом в Интернет, звуковой усилитель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна, доска аудиторная. Наборы виртуального демонстрационного оборудования, наглядные учебные пособия.
7	Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Библиотека (имеющая места для обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет	Компьютеры с подключением к локальной сети филиала и Интернет, Wi-Fi, столы аудиторные, стулья, Wi-Fi