

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Тульский государственный университет»

Институт гуманитарных и социальных наук  
Кафедра «Психология»

Утверждено на заседании кафедры  
психологии  
«30» января 2023 г., протокол №7

Н.В. Шурова

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)  
«Актуальные проблемы акмеологии»**

**основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования – программы магистратуры**

по направлению подготовки  
**37.04.01 - Психология**

с направленностью (профилем)  
**Детская и возрастная психология**

Форма(ы) обучения: *очная, заочная*

Идентификационный номер образовательной программы: 370401-01-23

Тула 2023 год

## ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

### Разработчик(и)

Шурова Н.В., доцент кафедры психологии,  
канд. психол.н., доцент



---

личная подпись

**Целью освоения дисциплины «Актуальные проблемы акмеологии и геронтологии»** является подготовка студентов в области теорий, подходов и практических исследований возрастно – психологических, личностных, профессиональных и экзистенциальных особенностей представителей ранней, средней и поздней взрослости, а также формирование духовно-нравственной сферы личности, расширение и углубление знаний и умений студента в области теории и практики акмеологии и периода старения.

Итогом освоения дисциплины является развитие у студентов личностных характеристик, способствующих профессиональному осуществлению психологической работы со взрослыми людьми и обеспечения творческого становления и дальнейшего совершенствования личности специалиста.

Задачами освоения дисциплины являются:

- 1) сформировать в системном виде актуальные представления о теориях и практических исследованиях акмеологии;
- 2) сформировать устойчивую систему категорий и понятий, посредством которых в психологии описывается возрастно – психологические характеристики акмеогенеза.
- 3) сформировать представление о сущности, характеристиках, этапах и динамике психологического, психофизиологического, когнитивного, профессионального и экзистенциального развития в период взрослости;
- 4) сформировать основные навыки групповой и индивидуальной психологической работы со взрослыми;
- 5) сформировать базовые навыки самостоятельного анализа психологических проблем лиц взрослого возраста;
- 6) сформировать базовое понимание динамики и основных закономерностей изменения личности во взрослом возрасте;
- 7) сформировать мотивацию к практической и исследовательской работе в сфере акмеологии.

### **Содержание самостоятельной работы обучающегося.**

#### **Очная форма обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Виды и формы самостоятельной работы</b>
<i>2 семестр</i>	
1.	Самостоятельное изучение разделов тем, не выносимых на лекции
2.	Подготовка к семинарским занятиям
3.	Конспектирование первоисточников
4.	Выполнение домашних заданий
5.	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

#### **Очно-заочная форма обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Виды и формы самостоятельной работы</b>
--------------	--

<b>№ п/п</b>	<b>Виды и формы самостоятельной работы</b>
<i>2 семестр</i>	
1.	Самостоятельное изучение разделов тем, не выносимых на лекции
2.	Подготовка к семинарским занятиям
3.	Конспектирование первоисточников
4.	Выполнение домашних заданий
5.	Выполнение КРЗ
6.	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование видов самостоятельной работы</b>	<b>Трудоемкость (в академических часах)</b>
<i>Очная форма обучения</i>		
<i>Третий семестр</i>		
1	Выполнение курсовой работы	15
2	Написание самоотчетов по результатам лабораторных занятий	10
3	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 3: составить сводную таблицу «Методологические подходы и принципы акмеологии»	6
4	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 4: Проанализировать существующие акмеологические технологии личностного и профессионального развития	5
5	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 5: Составить коррекционную программу для коррекции переживания периода средней зрелости.	5
6	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 6: Составить сводную таблицу теорий стресса. Составить сводную таблицу теорий копинга	5
7	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 7: Проанализировать и обобщить акмеологические модели рассмотрения феномена личности	5
8	Самостоятельная работа по итогам освоения всех тем: составить тренинг развития профессиональной компетенции у специалистов определенного профиля (на 6 часов)	5
9	Самостоятельная работа по итогам освоения всех тем: Конспект 3 статей из журнала «Акмеология» за	5

	последние 3 года, проведение анализа полученных авторами результатов	
10	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям.	10
11	Подготовка к экзамену	3
<b>Итого</b>		<b>68</b>
<b><i>Заочная форма обучения</i></b>		
<b><i>Третий семестр</i></b>		
1	Выполнение курсовой работы	20
2	Написание самоотчетов по результатам лабораторных занятий	10
3	Подготовка к семинарским занятиям	10
4	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 3: составить сводную таблицу «Методологические подходы и принципы акмеологии»	10
5	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 4: Проанализировать существующие акмеологические технологии личностного и профессионального развития	10
6	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 5: Составить коррекционную программу для коррекции переживания периода средней взрослости.	10
7	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 6: Составить сводную таблицу теорий стресса. Составить сводную таблицу теорий копинга	10
8	Самостоятельная работа по итогам освоения темы 7: Проанализировать и обобщить акмеологические модели рассмотрения феномена личности	10
9	Самостоятельная работа по итогам освоения всех тем: составить тренинг развития профессиональной компетенции у специалистов определенного профиля (на 6 часов)	15
10	Самостоятельная работа по итогам освоения всех тем: Конспект 3 статей из журнала «Акмеология» за последние 3 года, проведение анализа полученных авторами результатов	15
11	Подготовка к экзамену	15
<b>Итого</b>		<b>135</b>

## Основная литература для подготовке к практическим занятиям

1. Акрушенко А.В., Ларина О.А., Катарьян Т.В. Психология развития и возрастная психо-логия [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Акрушенко А.В., Ларина О.А., Катарьян Т.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Научная книга, 2012.— 127 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/6328>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Князева Т.Н. Психология развития. Краткий курс [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Князева Т.Н., Батюта М.Б.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2013.— 144 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/12816>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения. СПб, 2010.

## Дополнительная литература

1. Агапов, В.С. Акмеология профессионального становления преподавателей высшей школы : монография / В. С. Агапов, М. И. Плугина .— М., 2012 .— 490 с. : ил. , 1332011 .— Библиогр. в конце кн. — ISBN 5-93121-033-4.
2. Богомаз С.А. Ценностные основания психологической науки и психология ценностей / Богомаз С. А. [и др.] ; отв. ред. В. В. Знаков, Г. В. Залевский ; РАН, Ин-т психологии .— М. : Изд-во "Ин-т психологии РАН", 2008 .— 344 с. — (Интеграция академической и университетской психологии) .— ISBN 978-5-9270-0133-0
3. Клиническая психология : учебник для мед. вузов / В. А. Абабков [и др.] ; под ред. Б. Д. Карвасарского .— 4-е изд., перераб. и доп. — М. [и др.] : Питер, 2010 .— 862 с. : ил. — (Учебник для вузов) .— Библиогр.: с. 859-861 .— ISBN 978-5-49807-557-0
4. Социально-философские проблемы современного социума и культуры (аспекты) : сб. ст. / ТулГУ, Каф. Философии ; под общ. ред. А. Г. Троегубова .— Тула : Контур, 2009 .— 108 с. — Дар администрации ТулГУ ТулГУ : 1310374 .— Библиогр. в конце ст.
5. Тидор С. Н. Власть и личность, личность и власть / С. Н. Тидор .— Петрозаводск, 2008 .— 316 с. : ил., схемы .— в дар ТулГУ : 1298648 .— Библиогр.: с. 311-315 .— ISBN 978-5-7378-0093-2
6. Психология человека от рождения до смерти: Энциклопедия /Отв. ред. А.А. Реан. Спб.: Прайм - Еврознак, 2001. - 656 с.
7. Психология: Словарь /Под ред. А.В.Петровского и М.Г. Ярошевского.- М.: Политиздат, 1990.
8. Родионова Е.А. Общение как условие формирования личности. // Психология формирования и развития личности. М.: Наука, 1981.
9. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология развития человека. М: Школа-Пресс, 2000. - 326 с.
10. Смысл жизни и акме: 10 лет поиска: В 2 ч./ Под ред А.А.Бодалева, Г.А. Вайзер, Н.А.Карповой, В.Э. Чудновского. Часть 1. М.: Смысл, 2004. -328 с.

11. Солдатова Е. Л. Нормативные кризисы развития личности взрослого человека: диссертация . доктора психологических наук : 19.00.01 / Солдатова Елена Леонидовна.- Челябинск, 2007.- 375 е.: ил. РГБ ОД, 71 08-19/7
12. Степанова Е.И. Психология взрослых: Экспериментальная акмеология. СПб.: Издательство Санкт-Петербургского университета «Алетейя», 2000. - 315 с.
13. Чудновский В.Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни // Вопросы психологии. 2003. - №3. - С. 3-15.
14. Шаповаленко И.В. Возрастная психология. М.: Гардарики, 2005.-349 с.
15. Шаповаленко И.В. Психология зрелых возрастов. Хрестоматия. М.: АНО «Психологическая электронная библиотека», 2008. 667с.

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

- <https://e.lanbook.com/> - ЭБС «Лань», доступ авторизованный
- <https://urait.ru/> - Образовательная платформа «Юрайт», доступ авторизованный
- <https://www.iprbookshop.ru/> - Цифровой образовательный ресурс IPR SMART, доступ авторизованный
- <https://tsutula.bookonlime.ru/> - ЭБС ТулГУ «BookOnLime» учебные издания ТулГУ по всем дисциплинам, доступ авторизованный
- <https://www.studentlibrary.ru/> - ЭБС «Консультант студента», доступ авторизованный (указывается для строительных и медицинских специальностей!)
- <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> - Политематическая база данных периодических изданий East View, доступ авторизованный
- <https://cyberleninka.ru/> - Научная электронная библиотека «КиберЛенинка», доступ свободный
- <https://www.elibrary.ru/> - Научная электронная библиотека eLibrary.ru, доступ свободный