

Міністерство освіти і науки України
Український державний університет імені Михайла Драгоманова

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Декан педагогічного факультету
проф. Т. О. Олександренко
« 31 » _____ 2023 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
(обов'язкової)

ПСИХОЛОГІЯ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ

освітньо-професійної програми «Андрагогіка. Освіта дорослих»
галузі знань: 01 Освіта / Педагогіка
спеціальності: 011 Освітні, педагогічні науки
другого (магістерського) рівня вищої освіти

Шифр за навчальним планом ПП05

Київ 2023

Робоча програма розроблена на підставі навчальної програми «Психологія зрілості особистості» затвердженої на засіданні Вченої ради УДУ імені Михайла Драгоманова «27» квітня 2023 року, Протокол № 5.

Розробники програми:

Порядченко Л.А. – кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогіки Українського державного
університету імені Михайла Драгоманова.

Затверджено на засіданні кафедри педагогіки
«25» серпня 2023 року, Протокол №1.

Завідувач кафедри _____  С.А.Кушнірук

І. Опис навчальної дисципліни

Загальні характеристики дисципліни	Навчальне навантаження з дисципліни		Методи навчання і форми контролю
Галузь знань	Кількість кредитів – 3		Методи навчання Бесіда, лекція, дискусія, робота в групах.
Спеціальність 011 Освітні, педагогічні науки (Андрагогіка. Освіта дорослих)	Загальна кількість годин – 90		
	денна	Заочна	
Освітній рівень магістр	Лекції:		
	12	6	
нормативна	Семінарські:		
	10	6	
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом	Лабораторні заняття:		Форми поточного контролю усна та письмова відповіді, презентація, індивідуальні завдання, кросворд
	-	-	
Семестр	Індивідуальна робота:		
	-	-	
Тижневе навантаження (год.) - Аудиторне: 5 - Самостійна робота: 5	Самостійна робота:		Форма підсумкового контролю екзамен
	68	78	
Мова навчання – українська	Співвідношення аудиторних годин і годин СРС:		
		1/4	

Предмет вивчення навчальної дисципліни є психологічні умови, механізми вікового, соціального, професійного та особистісного функціонування та розвитку у різні періоди зрілості, їхні особливості, труднощі та кризи, шляхи профілактики та подолання проблем розвитку особистості.

Міждисциплінарні зв'язки: теоретичний та практичний зміст дисципліни „Психологія зрілості” тісно пов'язаний із такими дисциплінами як: загальна психологія, вікова психологія, психологія особистості, психодіагностика, соціальна психологія, психофізіологія дорослої людини, акмеологія тощо.

Мета і завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни є формування та розвиток у магістрів системи теоретичних знань щодо вікових, психофізіологічних, особистісних, соціальних і професійних особливостей особистості та закономірності їх розвитку впродовж життя з метою розвитку психолого-освітніх компетентностей, які забезпечують здатність сучасного викладача ефективно здійснювати науково-викладацьку діяльність в освіті дорослих, організувати суб'єкт - суб'єктну міжособистісну взаємодію у освітньому середовищі, вирішувати професійні та соціально-психологічні проблеми полікультурного освітнього середовища в освіті дорослих.

Основними завданнями вивчення дисципліни є:

- забезпечення розуміння теоретичних засад вікового, соціального, професійного, особистісного розвитку особистості у період дорослості;
- засвоєння психологічних особливостей, механізмів, закономірностей, умов та чинників особистісного, професійного, соціального розвитку у період дорослості;
- опанування студентами базовими психологічними знаннями у сфері розвитку особистості у період дорослості та чинників, механізмів, умов, які перешкоджають йому;
- опанування магістрантами психологічними техніками, методами та прийомами, що дозволяють оптимізувати процес особистісного, професійного, соціального і вікового розвитку особистості в умовах освітнього процесу;

Основні результати навчання і компетентності згідно з вимогами освітньо-наукової програми:

з/п	Результати навчання	Компетентності
.	<p>ПРН3.Формувати педагогічно доцільну партнерську міжособистісну взаємодію, здійснювати ділову комунікацію, зрозуміло і недвозначно доносити власні міркування, висновки та аргументацію з питань освіти і педагогіки до фахівців і широкого загалу, вести проблемно-тематичну дискусію.</p> <p>ПРН9.Здійснювати пошук необхідної інформації з освітніх/педагогічних наук в друкованих, електронних та інших джерелах, аналізувати, систематизувати її, оцінюючи достовірність та релевантність.</p> <p>ПРН13.Критично оцінювати власну позицію та знання, порівнювати і перевіряти отримані результати. Мати навички ведення інтелектуальних дискусій на засадах діалогу,</p>	<p>Загальні компетентності</p> <p>ЗК1.Здатність до абстрактного мислення, аналізу і синтезу.</p> <p>ЗК2.Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК3.Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК8.Здатність діяти соціально відповідально і свідомо.</p>

<p>відкритості й толерантності. Організувати процес навчання і самоосвіти.</p> <p>ПРН17. Знати вікові психофізіологічні, особистісні, соціальні і професійні особливості особистості, закономірності їх розвитку впродовж життя</p> <p>ПРН18. Знання особливостей дорослого як суб'єкта освітньої діяльності з його правом на вибір змісту освіти, індивідуальних освітніх програм.</p> <p>ПРН20. Використовувати андрагогічні технології у формальній і неформальній освіті. Вміння враховувати соціально-психологічні особливості дорослої аудиторії.</p> <p>ПРН21. Здатність до суб'єктної взаємодії, співробітництва і співтворчості в освітньо-науковому процесі.</p> <p>ПРН22. Здатність оцінювати потенціал дорослих в професійному та особистісному плані, вміння підтримувати досягнення дорослого учня в реалізації індивідуальної освітньої програми, проектувати перспективні індивідуальні освітні траєкторії та реалізовувати їх.</p>	<p>ЗК10. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.</p> <p>ЗК6. Здатність виявляти, ставити та розв'язувати проблеми.</p> <p>Фахові компетентності</p> <p>ФК3. Здатність враховувати різноманітність, індивідуальні особливості студентів у плануванні та реалізації освітнього процесу в закладі вищої освіти.</p> <p>ФК4. Здатність здійснювати експертизу та надавати консультації з питань освітньої політики та інновацій в освіті.</p> <p>ФК8. Здатність інтегрувати знання у сфері освіти/педагогіки та розв'язувати складні задачі у мультидисциплінарних та міждисциплінарних контекстах.</p> <p>ФК9. Здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти.</p> <p>ФК10. Андрагогічна компетентність</p>
--	---

III. Тематичний план дисципліни

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин/ 3 кредити ECTS.

№ з/п	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин									
		денна форма					Заочна форма				
		аудиторна	Лекції	Практичні (семинарськ	Лабораторн	СРС	аудиторна	Лекції	Практичні (семинарськ	Лабораторн	СРС
Змістовий модуль 1. Психологія вікових та особистісних змін періоду дорослості											
1.1	Тема 1. Вікова періодизація розвитку особистості	1	1	-	-	6	2	1	1	-	8
1.2	Тема 2. Психологічні особливості трансформації різних сфер особистості у період дорослості	3	2	1	-	6	1	1	-	-	8
1.3	Тема 3. Зрілість особистості: психологічна, когнітивна, соціальна.	2	1	1	-	6	1	-	1	-	8
1.4	Тема 4. Кризи періоду дорослості та екзистенційне Акме	1	-	1	-	6	-	-	-	-	8
	Разом за змістовим модулем 1	7	4	3	-	26	5	2	2	-	32
Змістовий модуль 2. Соціально-професійні трансформації періоду дорослості											
2.1	Тема 1. Загальна характеристика	2	1	1	-	6	1	1	-	-	8

	психологічних аспектів реалізації соціальних функцій: сім'я, робота та громадські обов'язки.										
2.2	Тема 2. Психологія сім'ї: створення, розвиток, розпад, ролі, кризи.	2	1	1	-	6	1	1	-	-	8
2.3	Тема 3. Професійне становлення фахівця та професіоналізм	4	2	2	-	6	1	-	1	-	8
2.4	Тема 4. Професійні кризи та деформації професійного становлення особистості	-	-	-	-	6	-	-	-	-	8
	Разом за змістовим модулем 2	10	4	4	-	24	3	2	1	-	32
Змістовий модуль 3. Психологія старіння та його профілактика											
3.1	Тема 1. Старіння як процес біологічний, психологічний та соціальний процес	2	1	1	-	4	2	1	1	-	3
3.2	Тема 2. Психологічні проблеми старіння та шляхи їхнього подолання	2	1	1	-	4	2	1	1	-	5
3.3	Тема 3. Психологія здорового способу життя як профілактика старіння	3	2	1	-	10	3	2	1	-	7
	Разом за змістовим модулем 3	7	4	3	-	18	7	4	-	-	15
	Разом	90	12	10	-	68	12	6	6	-	78

IV. Зміст дисципліни

№ з/п	Назва модулів, тем та їхній зміст	К-ть годин	
		всього	в т.ч. лекцій
1.	Модуль 1. Психологія вікових та особистісних змін періоду дорослості		
	Тема 1.1. Вікова періодизація розвитку особистості Три періоди: ранню дорослість (18-25 років), середню дорослість (26-46 років) і пізню дорослість (47-60 років). Особливості, характеристика. Кожен віковий етап характеризується сукупністю специфічних закономірностей розвитку - основними досягненнями, супутніми утвореннями і новоутвореннями, що визначають особливості конкретної ступені психічного розвитку, в тому числі особливості розвитку самосвідомості. Життєві завдання за Хейвігерстом: Досягнення зрілої громадянської і соціальної відповідальності. Досягнення і підтримання доцільного життєвого рівня. Вибір відповідних способів проведення дозвілля. Допомога дітям стати відповідальними і щасливими дорослими. Посилення особистісного аспекту подружніх відносин. Ухвалення фізіологічних змін середини життя і пристосування до них. пристосування до взаємодії зі старіючим батьками.		
	Тема 1.2. Тема 2. Психологічні особливості трансформації різних сфер особистості у період дорослості Особистісні характеристики дорослості: 1) вміння брати на себе		

	<p>відповідальність, приймати рішення; 2) прагнення до влади і організаторські здібності; 3) здатність до емоційним та інтелектуальним підтримки інших; 4) впевненість в собі і цілеспрямованість; 5) схильність до філософських узагальнень; 6) захист системи власних принципів і життєвих цінностей; здатність чинити опір проблемам реальності за допомогою розвиненої волі; 7) формування індивідуального життєвого стилю; 8) прагнення впливати на світ і «віддавати» індивідуальний досвід молодому поколінню; 9) реалізм, раціоналізм, тверезість в оцінках і почуття «реалізованості» життя; 10) стабілізація системи соціальних ролей і ін.</p> <p>Основне завдання дорослішання складається з чотирьох складових: пов'язати мрії з реальністю, знайти наставника, забезпечити собі кар'єру, налагодити інтимні стосунки. (за Левинсоном)</p>		
	<p>Тема 1.3. Зрілість особистості: психологічна, когнітивна, соціальна.</p> <p>Зрілість тлумачиться як «стан зрілого, стиглість; змужнілість, стан, ступінь розсудливості », а зрілий - як « дозрів, стиглий; змужнілий, повнолітній, дорослий; обдуманий, розважливий, неопрометчивий ». Зрілість - це такий рівень розвитку особистості, коли вона сама може приймати відповідальні рішення як в особистому, так і суспільного життя.</p> <p>Соціальна зрілість розглядається як «стійкий стан особистості, що характеризується цілісністю, передбачуваністю, соціальною спрямованістю поведінки в усіх сферах життєдіяльності. критерій когнітивної зрілості - діалектичне мислення, пов'язане з інтеграцією ідеального і реального.</p>		
	<p>Тема 1.4. Кризи періоду дорослості та екзистенційне Акме</p> <p>Основні кризи дорослості. Ознаки кризи життя: втрата ілюзій, виникає хвороблива нездатність впоратися з власними проблемами, розлученнями, втратою роботи, ознаками насувається старості. При цьому підходять етапи розвитку чітко не виділяються, криза, таким чином, є не нормою розвитку, характерною для даного вікового періоду, а негативним варіантом розвитку.</p> <p>В середині періоду ранньої дорослості (приблизно до тридцяти років) людина переживає кризовий стан, якийсь перелом у розвитку, пов'язаний з тим, що уявлення про життя, що склалися між двадцятьма і тридцятьма роками, не задовольняють його.</p> <p>Криза середини життя. Це психологічний феномен, пережитий людьми, котрим ще немає 40-45 років, і що полягає в критичній оцінці і переоцінці того, що було досягнуто в житті до цього часу. На жаль, дуже часто ця переоцінка призводить до розуміння того, що «життя пройшло безглуздо і час вже втрачено». В результаті домінуючими в загальному тлі настроїв стають депресивні стани.</p> <p>Акмеологія як наука виникла на стику природничих, технічних і гуманітарних дисциплін і вивчає закономірності і механізми розвитку людини на ступені його зрілості і особливо при досягненні нею найбільш високого рівня в цьому розвитку.</p>		
	<p>Змістовий модуль 2. Соціально-професійні трансформації періоду дорослості</p>		
	<p>Тема 2.1. Загальна характеристика психологічних аспектів реалізації соціальних функцій: сім'я, робота та громадські обов'язки.</p> <p>Психосоціальний розвиток дорослої людини передбачає наявність у нього двох основних аспектів його «Я»: особистого як члена сім'ї та професійного.</p> <p>Етапи професійної кар'єри. Перший - адаптація до виконуваної діяльності, до умов праці і колективу; триває близько п'яти років. Другий етап - зміцнення свого професійного статусу; працівник набуває необхідні для успішної роботи навички і досвід, т. е. стає професіоналом.</p>		
	<p>Тема 2.2. Психологія сім'ї: створення, розвиток, розпад, ролі, кризи.</p> <p>Процес утворення сімейної пари. Терміни реалізації створення сім'ї. Мотивація шлюбу: любов, духовну близькість, матеріальний розрахунок, психологічне відповідність, моральні міркування. Під романтичним покровом любові люди дуже часто забувають той елементарний факт, що, хоч би подружжя не любили один одного, у своїй родині вони будуть просто зобов'язані виконувати звичайні для кожної подружньої пари функції.</p>		

	<p>Тема 2.3. Професійне становлення фахівця та професіоналізм Етапи професійного становлення фахівця (Д. Сьюпер, В.О. Бодров, Т.В. Кудрявцев, Є.О. Климов, А.К. Маркова та інші). Становлення професіонала як частина життєвого шляху особистості. Вплив стилів спілкування дитини з матір'ю, батьківських планів та сімейних відносин на становлення професіонала та вибір життєвого шляху. Сенс життя та професійний розвиток. Зрілість особистості є умовою і невід'ємним компонентом успішного професійного становлення</p>		
	<p>Тема 2.4. Професійні кризи та деформації професійного становлення особистості Кризи та професійні деформації викладача. Фактори виникнення професійних деформацій (Г.С. Абрамова, Ю.О. Юдциц, Е.Ф. Зеер та ін.). Деформації, що зумовлені характером виконання діяльності. Основні професійні деформації педагогів. Типи професійних деформацій викладача (Е. І. Рогов). Деструкції на різних стадіях професійного становлення викладача. Наслідки професійних деформацій (В.В. Бойко, М.А. Бередін, Е.Н.Водоп'янова).</p>		
	<p>Змістовий модуль 3. Психологія старіння та його профілактика</p>		
	<p>Тема 3.1. Старіння як процес біологічний, психологічний та соціальний процес Історія вивчення проблем старіння. Геронтологія як наука. Різні темпи старіння: передчасне, нормальне або «відставлений». Незалежно від цього старіння підкоряється загальним законам онтогенезу, а саме гетерохронності, гетеротопних, різноскерованості, гетерокінетичності (специфічності), індивідуальності. Передчасне старіння. За окремими показниками особи з передчасним старінням випереджають норму для фізіологічного старіння на 10-15 років. Шляхи попередження передчасного старіння особистості.</p>		
	<p>Тема 3.2. Психологічні проблеми старіння та шляхи їхнього подолання Старіння як негативний процес: перспектива втрати працездатності, зниження пам'яті та інтелекту, фізичної немічності, сексуальності, погіршення здоров'я і залежність від інших людей. Психологічні проблеми старіння. Страх старіння - синдром Доріана Грея є зловживанням декоративною косметикою, такі люди одягаються в повній невідповідності свого віку. Жертва синдрому страждає від постійного невдоволення власною зовнішністю і, незважаючи на всі спроби змінити себе, не отримує бажаного результату. В особливо важких випадках синдром супроводжується депресіями і суїцидальними нахилами. Етапи психологічного старіння, що не залежать від паспортного віку. На першому етапі ще зберігається зв'язок з тим видом діяльності (професією), який був провідним для людини до виходу на пенсію. На другому етапі спостерігається звуження кола інтересів за рахунок випадання професійних уподобань. У спілкуванні з оточуючими вже переважають розмови на побутові теми, обговорення телевізійних новин, сімейних подій, успіхів або невдач дітей і онуків. На третьому етапі у багатьох, особливо жінок, головною стає турбота про особисте здоров'я. Це і улюблена тема для розмови: про ліки, про способи лікування, про травах. І в газетах, і в телепередачах на ці теми звертається особлива увага. Виникає захоплення поряд з використанням різних лікарських засобів засобами народної медицини. Тому особливою повагою починають користуватися люди, які здатні задовольнити потреби саме цього плану. На четвертому етапі сенсом життя стає збереження самого життя. Переважна частина активності спрямована на обслуговувати себе працю по збереженню фізичного стану. Контакти звужені до межі: лікуючий лікар, соціальний працівник, ті з членів сім'ї, які підтримують особистий комфорт пенсіонера і нарешті, на п'ятому етапі відбувається оголення потреб чисто вітального характеру (їжа, спокій, сон). Емоційність і спілкування майже відсутні.</p>		
	<p>Тема 3.3. Психологія здорового способу життя як профілактика старіння Поняття «психологія здорового способу життя». Фактори збереження здоров'я особистості: рухова активність, здоровий сон, фізичне та соціальне</p>		

4.2 Плани семінарських занять

Семінар 1 Проблема періодизації розвитку особистості

1. Розкрийте зміст та особливості ранньої дорослості
2. Розкрийте зміст та особливості середньої дорослості
3. Розкрийте зміст та особливості пізньої дорослості
4. Життєві завдання особистості на кожному віковому етапі
5. Психологічні характеристики дорослості особистості.

Семінар 2 Психологічна сутність зрілості особистості

1. Поняття «зрілість» особистості
2. Характеристики психологічної зрілості особистості
3. Характеристики когнітивної зрілості особистості
4. Характеристики соціальної зрілості особистості

Семінар 3 Проблематика життєвих криз особистості періоду дорослості

1. Психологічна характеристика життєвих криз
2. Особливості та характеристика кризи 30-ти років
3. Особливості та характеристика кризи 40-ка років
4. Особливості та характеристика кризи 55-ти років

Семінар 4 Особливості професійного та соціального розвитку періоду дорослості

1. Загальна характеристика психосоціального розвитку особистості
2. Характеристика кар'єрного розвитку особистості у період дорослості
3. Характеристика та вплив сім'ї на професійний та особистісний розвитку особистості у період дорослості
4. Характеристика та реалізація громадських функцій у період дорослості

Семінар 5 Психологія сім'ї.

1. Розкрийте особливості утворення сім'ї
2. Розкрийте сімейні ролі.
3. Охарактеризуйте розвиток сім'ї
4. Розкрийте сімейні кризи.
5. Розкрийте проблеми розпаду сім'ї та розлучення.

Семінар 6. Старіння особистості та здоровий спосіб життя.

1. Охарактеризуйте процес старіння особистості.
2. Розкрийте зміст психологічного старіння
3. Розкрийте зміст соціального старіння
4. Розкрийте зміст біологічного старіння
5. Характеристика здорового способу життя у період дорослості та збереження життєвих функцій

4.3. Індивідуальні завдання

1. Розкрийте механізми формування психологічної зрілості особистості.
2. Проаналізуйте чинники, що визначають здатність людини раннього дорослого віку вирішувати критичні ситуації.
3. Сформулюйте умови для прогресивного розвитку інтелекту людини в ранній дорослості.
4. Визначте позитивні та негативні сторони офіційного та незареєстрованого («громадянського») шлюбу.
5. Опишіть ті психологічні труднощі, з якими зіштовхуються батьки-одинаки.
6. Розкрийте роль професійної самооцінки у становленні фахівця.
7. Наведіть аргументи на користь та заперечення таких позначень середньої дорослості як «розквіт життя» чи «початок кінця».
8. Розкрийте шляхи самоактуалізації особистості в середньому дорослому віці.
9. Визначте засоби підтримання інтелектуального потенціалу в середній дорослості.
10. Охарактеризуйте оптимальний стиль взаємодії представників середньої дорослості з дітьми та внуками.
11. Порівняйте психологічні особливості жінок та чоловіків середнього дорослого віку.
12. Проаналізуйте позитивні та негативні аспекти впливу досвіду на пізнавальну діяльність людини середнього дорослого віку.
13. Охарактеризуйте професійні деформації фахівця. Опишіть засоби профілактики деформацій.
14. Розкрийте труднощі та перспективи зміни професії у дорослому віці.
15. Розкрийте значення пізньої дорослості в онтогенезі особистості.
16. Визначте, чи є погіршення інтелекту обов'язковим атрибутом старіння.
17. Проаналізуйте етапи професійного становлення особистості. Професійні кризи. Професіоналізм.
18. Розкрийте вікові кризи дорослості. Загальна характеристика дорослості.
19. Обґрунтуйте здоровий образ життя як профілактика старіння.
20. Розкрийте соціальні функції дорослих: сім'я, політичні та громадянські права та обов'язки.

Тестові завдання

1. У свої працях А. Маслоу розглядав людину як:
 - А) творця життя всіх людей;
 - Б) Залежного індивіда ;
 - В) Активного творця власної особистості.
2. У сучасній психології самоактуалізацію визначають як :
 - А) найбільш повну та вільну самореалізацію особистістю своїх можливостей;
 - Б) тенденцію людини до несистематичного розгортання свого обмеженого інтелектуального потенціалу;
 - В) професійну необхідність у самовдасконаленні.
3. Вчені вважають, що потреба в самоактуалізації властива:
 - А) кожній людині;
 - Б) тільки підліткам;
 - В) лише 1 % людей.
4. Оберіть кілька відповідей
Основні здобутки періоду зрілої людини:
 - А) психологічне здоров'я і пошук сенсу життя ;
 - Б) освідомленість;
 - В) прагнення до самореалізації;
 - Г) компетентність, продуктивність, генеративність;
 - Д) здатність до самодетермінації ;
 - Е) інфантильність;
 - Є) творчість і внутрішня свобода.
5. Базові потреби особистості за А. Маслоу:
 - А) фізична активність;
 - Б) самовираження;
 - В) фізіологічні;
 - Г) багатство;
 - Д) повага;
 - Е) безпека;
 - Є) соціальні.

V. Контроль якості знань студентів

5.1 Форми і методи поточного контролю

усна та письмова відповіді, індивідуальні завдання.

Орієнтовні завдання до заліку

1. Визначте засоби підтримання інтелектуального потенціалу в середній дорослості.
2. Визначте позитивні та негативні сторони офіційного та незареєстрованого («громадянського») шлюбу.
3. Визначте, чи є погіршення інтелекту обов'язковим атрибутом старіння.
4. Життєві завдання особистості на кожному віковому етапі
5. Загальна характеристика психосоціального розвитку особистості
6. Наведіть аргументи на користь та заперечення таких позначень середньої дорослості як «розквіт життя» чи «початок кінця».
7. Обґрунтуйте здоровий образ життя як профілактика старіння.
8. Опишіть ті психологічні труднощі, з якими зіштовхуються батьки-одинаки.
9. Особливості професійного та соціального розвитку періоду дорослості
10. Особливості та характеристика криза 40-ка років
11. Особливості та характеристика кризи 30-ти років
12. Особливості та характеристика кризи 55-ти років
13. Охарактеризуйте оптимальний стиль взаємодії представників середньої дорослості з дітьми та внуками.
14. Охарактеризуйте професійні деформації фахівця. Опишіть засоби профілактики деформацій.
15. Охарактеризуйте процес старіння особистості.
16. Охарактеризуйте розвиток сім'ї
17. Поняття «зрілість» особистості
18. Порівняйте психологічні особливості жінок та чоловіків середнього дорослого віку.
19. Проаналізуйте етапи професійного становлення особистості. Професійні кризи. Професіоналізм.
20. Проаналізуйте позитивні та негативні аспекти впливу досвіду на пізнавальну діяльність людини середнього дорослого віку.
21. Проаналізуйте чинники, що визначають здатність людини раннього дорослого віку вирішувати критичні ситуації.
22. Проблема періодизації розвитку особистості

23. Проблематика життєвих криз особистості періоду дорослості
24. Психологічна сутність зрілості особистості
25. Психологічна характеристика життєвих криз
26. Психологічні характеристики дорослості особистості.
27. Розкрийте вікові кризи дорослості. Загальна характеристика дорослості.
28. Розкрийте зміст біологічного старіння
29. Розкрийте зміст психологічного старіння
30. Розкрийте зміст соціального старіння
31. Розкрийте зміст та особливості пізньої дорослості
32. Розкрийте зміст та особливості ранньої дорослості
33. Розкрийте зміст та особливості середньої дорослості
34. Розкрийте значення пізньої дорослості в онтогенезі особистості.
35. Розкрийте механізми формування психологічної зрілості особистості.
36. Розкрийте особливості утворення сім'ї
37. Розкрийте проблеми розпаду сім'ї та розлучення.
38. Розкрийте роль професійної самооцінки у становленні фахівця.
39. Розкрийте сімейні кризи.
40. Розкрийте сімейні ролі.
41. Розкрийте соціальні функції дорослих: сім'я, політичні та громадянські права та обов'язки.
42. Розкрийте труднощі та перспективи зміни професії у дорослому віці.
43. Розкрийте шляхи самоактуалізації особистості в середньому дорослому віці.
44. Старіння особистості та здоровий спосіб життя.
45. Сформулюйте умови для прогресивного розвитку інтелекту людини в ранній дорослості.
46. Характеристика здорового способу життя у період дорослості та збереження життєвих функцій
47. Характеристика кар'єрного розвитку особистості у період дорослості
48. Характеристика та вплив сім'ї на професійний та особистісний розвитку особистості у період дорослості
49. Характеристика та реалізація громадських функцій у період дорослості
50. Характеристика когнітивної зрілості особистості
51. Характеристика психологічної зрілості особистості
52. Характеристика соціальної зрілості особистості

5.3 Критерії оцінювання знань студентів

Контроль успішності студентів проводить відповідно до вимог навчальної та робочої програм дисципліни. Види поточного і підсумкового контролю передбачають врахування таких критеріїв:

- 1) рівень володіння категоріальним апаратом дисципліни, її основними закономірностями;
- 2) рівень сформованості теоретичних психологічних знань з актуальної проблематики дисципліни;
- 3) рівень психологічної обізнаності та вмінь вирішувати психологічними методами та прийомами задачі особистісного і професійного розвитку для забезпечення успішної педагогічної діяльності.

Розподіл балів, які отримують студенти

№ п/п	Вид поточного і підсумкового контролю	Кількість робіт	Коефіцієнт (вартість) виду	Результат
1.	Усна відповідь	5	10	50
2.	Індивідуальне завдання	2	5	10
3.	Іспит (Тест)	1	40	40
Підсумковий рейтинговий бал:				100

VI. Навчально-методична карта дисципліни

VI. Навчально-методична карта дисципліни «Психологія зрілості особистості» 2 курс, (д) 2023/24 н.р.

Модулі	Модуль I Психологія вікових та особистісних змін періоду дорослості			Модуль II Соціально-професійні трансформації періоду дорослості	модуль 3. Психологія старіння та його профілактика		
Лекції	1	2	3	4	5	6	
Теми лекцій	Вікова періодизація розвитку особистості	Психологічні особливості трансформації різних сфер особистості у період дорослості	Зрілість особистості: психологічна, когнітивна, соціальна.	Кризи періоду дорослості та екзистенційне Акме	Загальна характеристика психологічних аспектів реалізації соціальних функцій: сім'я, робота та громадські обов'язки.	Старіння як процес біологічний, психологічний та соціальний процес	
Дата лекцій							
Семінари	1	2	3	4	5		
Теми семінарів	Проблема періодизації розвитку особистості	Психологічна сутність зрілості особистості	Проблематика життєвих криз особистості періоду дорослості	Особливості професійного та соціального розвитку періоду дорослості		Психологія сім'ї	
Індивідуальна робота (питання і завдання)	<p>Розкрийте механізми формування психологічної зрілості особистості.</p> <p>Проаналізуйте чинники, що визначають здатність людини раннього дорослого віку вирішувати критичні ситуації.</p> <p>Сформулюйте умови для прогресивного розвитку інтелекту людини в ранній дорослості.</p> <p>Визначте позитивні та негативні сторони офіційного та незареєстрованого («громадянського») шлюбу.</p> <p>Опишіть ті психологічні труднощі, з якими зіштовхуються батьки-одинаки.</p> <p>Розкрийте роль професійної самооцінки у становленні фахівця.</p>			<p>Охарактеризуйте оптимальний стиль взаємодії представників середньої дорослості з дітьми та внуками.</p> <p>Порівняйте психологічні особливості жінок та чоловіків середнього дорослого віку.</p> <p>Проаналізуйте позитивні та негативні аспекти впливу досвіду на пізнавальну діяльність людини середнього дорослого віку.</p> <p>Охарактеризуйте професійні деформації фахівця. Опишіть засоби профілактики деформацій.</p> <p>Розкрийте шляхи самоактуалізації особистості в середньому дорослому віці.</p> <p>Визначте засоби підтримання інтелектуального потенціалу в середній</p>		<p>Розкрийте труднощі та перспективи зміни професії у дорослому віці.</p> <p>Розкрийте значення пізньої дорослості в онтогенезі особистості.</p> <p>Визначте, чи є погіршення інтелекту обов'язковим атрибутом старіння.</p> <p>Проаналізуйте етапи професійного становлення особистості. Професійні кризи. Професіоналізм.</p> <p>Розкрийте вікові кризи дорослості. Загальна характеристика дорослості.</p> <p>Обґрунтуйте здоровий образ життя як профілактика старіння.</p> <p>Розкрийте соціальні функції дорослих: сім'я, політичні та громадянські права та обов'язки.</p>	

	Наведіть аргументи на користь та заперечення таких позначень середньої дорослості як «розквіт життя» чи «початок кінця».	дорослості.	
Види контролю	Усна відповідь. Індивідуальне завдання.	Усна відповідь. Індивідуальне завдання.	Усна відповідь. Індивідуальне завдання. Науковий реферат.
	Тест I		Тест II
	екзамен		

Всього 90 год. З них: лекції – 12 год., семінарські заняття – 10 год., самостійна робота – 68 год.

VI. Навчально-методична карта дисципліни «Психологія зрілості особистості» 2 курс, (з) 2023/24 н.р.

Модулі	Модуль I Психологія вікових та особистісних змін періоду дорослості			Модуль II Соціально-професійні трансформації періоду дорослості		модуль 3. Психологія старіння та його профілактика		
Лекції	1	2		3				
Теми лекцій	Вікова періодизація розвитку особистості	Зрілість особистості: психологічна, когнітивна, соціальна.		Кризи періоду дорослості та екзистенційне Акме				
Дата лекцій								
Семінари	1	2		3				
Теми семінарів	Проблема періодизації розвитку особистості			Особливості професійного та соціального розвитку періоду дорослості			Загальна характеристика психологічних аспектів реалізації соціальних функцій: сім'я, робота та громадські обов'язки.	
Індивідуальна робота (питання і завдання)	<p>Розкрийте механізми формування психологічної зрілості особистості.</p> <p>Проаналізуйте чинники, що визначають здатність людини раннього дорослого віку вирішувати критичні ситуації.</p> <p>Сформулюйте умови для прогресивного розвитку інтелекту людини в ранній дорослості.</p> <p>Визначте позитивні та негативні сторони офіційного та незареєстрованого («громадянського») шлюбу.</p> <p>Опишіть ті психологічні труднощі, з якими зіштовхуються батьки-одиначки.</p> <p>Розкрийте роль професійної самооцінки у становленні фахівця.</p>			<p>Охарактеризуйте оптимальний стиль взаємодії представників середньої дорослості з дітьми та внуками.</p> <p>Порівняйте психологічні особливості жінок та чоловіків середнього дорослого віку.</p> <p>Проаналізуйте позитивні та негативні аспекти впливу досвіду на пізнавальну діяльність людини середнього дорослого віку.</p> <p>Охарактеризуйте професійні деформації фахівця. Опишіть засоби профілактики деформацій.</p> <p>Розкрийте шляхи самоактуалізації особистості в середньому дорослому віці.</p> <p>Визначте засоби підтримання інтелектуального потенціалу в середній</p>		<p>Розкрийте труднощі та перспективи зміни професії у дорослому віці.</p> <p>Розкрийте значення пізньої дорослості в онтогенезі особистості.</p> <p>Визначте, чи є погіршення інтелекту обов'язковим атрибутом старіння.</p> <p>Проаналізуйте етапи професійного становлення особистості. Професійні кризи. Професіоналізм.</p> <p>Розкрийте вікові кризи дорослості. Загальна характеристика дорослості.</p> <p>Обґрунтуйте здоровий образ життя як профілактика старіння.</p> <p>Розкрийте соціальні функції дорослих: сім'я, політичні та громадянські права та обов'язки.</p>		

	Наведіть аргументи на користь та заперечення таких позначень середньої дорослості як «розквіт життя» чи «початок кінця».	дорослості.	
Види контролю	Усна відповідь. Індивідуальне завдання.	Усна відповідь. Індивідуальне завдання.	Усна відповідь. Індивідуальне завдання. Науковий реферат.
	Тест I		Тест II
	екзамен		

Всього 90 год. З них: лекції – 6 год., семінарські заняття – 6 год., самостійна робота – 78 год.

VII. Основні і допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу

Основна

1. Гаркавенко, Н. В., Собкова С. І. (2018) Соціальна психологія пізньої зрілості: навч. посіб. Чернів. нац. ун-т ім. Юрія Федьковича. Чернівці : Рута. 239 с.
2. Гуцуляк Н. М., Рудюк Н. Г. (2007) Вікова психологія : Курс лекцій Чернів. нац. ун-т ім. Ю.Федьковича. Чернівці : Рута 95 с
3. Гуцало Е. У. (2010) Психологія вікового розвитку особистості Кіровогр. держ. пед. ун-т ім. В. Винниченка. - Кіровоград : Імекс ЛТД,. 216 с.
4. Колесникова В. (2010) Дослідження готовності людей пізньої дорослості до оволодіння віковими змінами Соц. Психологія Спец. вип. С. 169-176.
5. Мазур Т. В. (2014) Взаємозумовленість феноменів его-ідентичності та особистісної зрілості Проблеми соц. роботи: філософія, психологія, соціологія. № 1. С. 41-48.
6. Павелків Р. В. (2011) Вікова психологія : підручник К. : Кондор,. 468 с.
7. Панченко С. М. (2013) Психологія самоздійснення особистості у дорослому віці : монографія НАПН України, Ін-т психології ім. Г.С. Костюка . Суми : Панасенко І. М.,. 416 с.
8. Потапюк Л. М. (2010) Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. Луцьк 215 с.
9. Савчин М. В., Василенко Л. В. (2009) Вікова психологія : Навч. посіб. К. : Академвидав,. 360 с.
10. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. (2012) Вікова психологія. Навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури. 376 с.
Терлецька, Л.Г. (2006) Психологія зрілості: практикум: навч. посіб. К.: Главник. 144 с.
11. Темрук О. (2006) Психологічні особливості особистісної зрілості майбутнього вчителя Соц. психологія. № 4. С. 137-151.
12. Ткаченко В. Є. (2011) Особистісна зрілість як вищий рівень розвитку особистості Вісн. Одес. нац. ун-ту. Психологія. 16, вип. 11, ч. 2. С. 122-127.
13. Щотка О. П. (2001) Вікова психологія дорослої людини : Навч. посіб. Ніжин. держ. пед. ун-т ім. М.Гоголя. Ніжин,. 194 с.

Додаткова

14. Галузяк В. М. (2008) Рефлексія у структурі особистісно-професійної зрілості вчителя Теорія і практика упр. соц. системами: філос., психологія, педагогіка, соціол.. № 4. С. 17-25.
15. Збірка матеріалів 69-ої науково-практичної конференції професорсько-викладацького складу і наукових працівників / ред.: Л. М. Дунаєва, У. В. Варнава, Л. С. Смокова; Одес. нац. ун-т ім. І.І. Мечникова. Одеса : ОНУ(2015) 163 с.
16. Карпенко Н. В. (2005) *Емоційний досвід особистості на етапі входження в зрілість (на основі самоаналізу переживання страху)* Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. № 23. С. 31-35.
17. Колісник О. (2011) Концепція переходу на постнекласичну парадигму взаємодії особистості зі світом шляхом духовного саморозвитку Соц. психологія. № 2. С. 88-103.
18. Мезенцева Т. В. (2012) Взаємозв'язок часової перспективи з рівнем особистісної зрілості Вісн. Одес. нац. ун-ту. Психологія. 17, вип. 5. С. 97-105.
19. Штепа О. (2005) Феномен особистісної зрілості Соц. психологія. № 1. С. 62-77.
20. Уніат Н. (2010) Феномен соціально-психологічної зрілості особистості в психологічній науці Соц. психологія. № 2. С. 67-77.
21. Чернобровкіна В. А. (2012) Психологія особистісної свободи : монографія ДЗ "Луган. нац. ун-т ім. Т. Шевченка". Луганськ,. 487 с.
22. Мачинська Н. (2011) Деякі аспекти педагогічної акмеології Педагогіка і психологія проф. освіти. № 3. С. 51-58.

23. Чуйко О. В. (2014) Психологія особистісного становлення майбутніх фахівців соціономічних професій : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 НАПН України, Ін-т психології ім. Г.С. Костюка. Київ. 36 с

Інтернет-ресурси

1. [http:// www.npu.edu.ua](http://www.npu.edu.ua) (elib@ npu.edu.ua. Електронна бібліотека УДУ імені Михайла Драгоманова
2. <http://www.nbuv.gov.ua/> Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського
3. <http://www.mon.gov.ua>
4. <http://nplu.org/> Національна бібліотека України імені Ярослава Мудрого
5. <https://dnpb.gov.ua/ua/> Державна науково-педагогічна бібліотека НАПН України імені В.О. Сухомлинського