

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное автономное**  
**образовательное учреждение высшего образования**  
**«Национальный исследовательский**  
**Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского»**

**УТВЕРЖДЕНО**  
решением ученого совета ННГУ  
протокол от 02 декабря 2024 г. № 10

**Рабочая программа дисциплины**  
**ГЕРОНТОПСИХОЛОГИЯ**

Уровень высшего образования  
**Подготовка кадров высшей квалификации**

Научная специальность  
**5.3.7 – Возрастная психология**

Программа подготовки  
научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре  
**Возрастная психология**

Форма обучения  
**Очная**

Нижний Новгород  
2025 год

### 1. Место и цель дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Геронтопсихология» относится к числу *факультативных* дисциплин программы аспирантуры и изучается на 2 году обучения в 4 семестре.

**Цель дисциплины** – формирование у аспирантов комплекса знаний и умений в области геронтопсихологии, в том числе целостного представления о возрастнопсихологических особенностях личности и специфике психического функционирования человека в старости, о роли данного возрастного этапа для развития личностных и психических достижений.

#### Планируемые результаты обучения по дисциплине

Выпускник, освоивший программу, должен

##### Знать:

- психологические особенности личности в период старости;
- механизмы возрастных изменений;
- стратегии и особенности адаптации в старости.

##### Уметь:

- проводить исследование возрастных особенностей личности в период старости;
- прогнозировать и определять возможные нарушения психических функций в период старости.

##### Владеть:

- опытом разработки рекомендаций и оказанию психологической помощи лицам в период прохождения кризисов старости.

### 3. Структура и содержание дисциплины

Объем дисциплины (модуля) составляет 1 з.е., всего - 36 часов, из которых 18 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (8 часов – лекционные занятия, 18 часов - занятия семинарского типа), 18 часов составляет самостоятельная работа обучающегося.

Таблица 1

Структура дисциплины

Наименование раздела дисциплины	Всего, часов	В том числе					
		Контактная работа, часов					Самостоятельная работа обучающегося,
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Занятия лабораторного типа	Консультации	Всего	
Раздел 1. Геронтопсихология: объект, предмет, психологические парадигмы и теории старения	8	4				4	4
Раздел 2. Особенности личности на поздних этапах онтогенеза	8	4				4	4
Раздел 3. Нарушения психического развития в старости	12		6			6	6
Раздел 4. Психологическая	8		4			4	4

ПОМОЩЬ ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ							
<b>в том числе текущий контроль</b>	1 час						
<b>Промежуточная аттестация: – зачет</b>							
<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>10</b>			<b>18</b>	<b>18</b>

**Таблица 2**

**Содержание дисциплины**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела дисциплины</b>	<b>Содержание раздела</b>	<b>Форма проведения занятия</b>	<b>Форма текущего контроля*</b>
1	Геронтопсихология: объект, предмет, психологические парадигмы и теории старения	<p>Объект и предмет геронтопсихологии (А.А. Богомолец, М.Д. Александрова, Б.Г. Ананьев, С.Холл и др.).</p> <p>Естественно-научные традиции (Ф. Гальтон, И.М. Мечникова, Д.И. Менделеева, М.С. Мильман, И.Н. Буланкин), социальные парадигмы Л. Торнстона, психодинамические теории З.Фрейда, К.Юнга, А.Адлера, Э.Эриксона, адаптационно-регуляторная теория старения В.В. Фролькиса, теория гетерохронности (Б.Г. Ананьев, М.Д. Александрова и др.), концепция «акме» (А.А. Бодалев, А.А. Дергач и др.), концепция жизненного пути (Э.Берн, Ш.Бюлер, Б.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова и др.)</p>	Лекционное	
2	Особенности личности на поздних этапах онтогенеза	<p>Теория самосознания В.С. Мухиной (структурные звенья самосознания), жизненный опыт Н.С. Пряжников, отношение к смерти Ф. Арьес, кризисы пожилого возраста Э.Эриксона, личностные факторы при выборе стратегии адаптации к старости М.В. Ермолаева. Особенности эмоциональных состояний, особенности адаптации к</p>	Лекционное	

		новому социальному статусу.		
3	Возрастные изменения и нарушения психических функций	Биологические аспекты старения (механизмы клеточного старения, физиологические механизмы старения, молекулярные механизмы старения). Теория динамической системной организации высших психических функций А.Р. Лурия. Восприятие, внимание, память, мышление, речь, нарушения зрения, слуха, сенсорики. Мудрость – когнитивное свойство человека. Показатели биологического старения человека. Факторы снижения интеллектуальной активности (объективные и субъективные (физические, социальные, психологические)). Динамика психологического состояния при завершении профессиональной карьеры. Социально-психологический тип старости И.С. Кон. Психические заболевания в пожилом и старческом возрасте – деменция, депрессия, тревожность, ипохондрия.	Практическое	Тестирование
4	Психологическая помощь пожилым людям	Особенности психологической помощи пожилым людям. Краткосрочные психотерапевтические методы (КПТ, арт-терапия, гуманистическая клиент-центрированная психотерапия, психобиографические методы психотерапии), среднесрочные (гештальт-терапия, транзактный анализ, системная семейная психотерапия, юнгианская аналитическая психотерапия) долгосрочные (психоанализ, поддерживающая терапия). Принципы психологической работы с пожилыми людьми в России. Методики «Ваш психологический возраст»	Практическое	Практическое задание

		С.С. Степанов, «Самооценка факторов образа жизни» Т. Н. Сахарова и др. , «Диагностика мотивационной структуры личности» В.Э. Мильман, рефлексивный тест самоотчет «Кто я?» В.С Мухиной, тест «Индекс жизненной удовлетворенности» Б. Ньюгартен, Н.В. Панина		
--	--	---	--	--

#### 4. Формы организации и контроля самостоятельной работы обучающихся

Таблица 3

Вид самостоятельной работы	Контроль самостоятельной работы	Методические материалы
Повторение пройденного на занятиях материала	Ответы на вопросы по закреплению пройденного в ходе семинара	Информационные материалы, наработанные в ходе семинаров
Самостоятельное изучение отдельных вопросов программы	Ответы на вопросы теста ТКУ и промежуточной аттестации	Список вопросов для самостоятельного изучения, базовые учебники
Подготовка к практическим занятиям	Обсуждение вопросов на семинарских занятиях	Задания для подготовки к семинарам, задания для подготовки к групповой дискуссии, задания по разработке презентаций, учебники, специальная литература
Подготовка к текущему контролю успеваемости	Тестирование	Список вопросов к текущему контролю успеваемости
Подготовка к промежуточному аттестации	зачет	Материалы практических занятий, конспекты семинарских занятий, специальная литература, вопросы к зачету

#### Вопросы для самостоятельного изучения

1. Представления о пожилых людях и старости в разные исторические эпохи
2. Охарактеризуйте вклад зарубежных ученых в становление науки геронтопсихологии
3. Охарактеризуйте вклад отечественных ученых в становление науки геронтопсихологии
4. Составьте портрет личности пожилого человека 21 века
5. Проведите мини исследование смысложизненных ориентаций по методике Д.А. Леонтьева лиц пожилого возраста (1-3 человека) и молодого возраста (1-3 человека в возрасте 18-30 лет). Сравните результаты, сформулируйте выводы.
6. Перечислите проблемы, с которыми сталкивается человек при выходе на пенсию
7. Составьте психологический портрет пожилого человека, который успешно адаптировался к выходу на пенсию
8. Результаты исследования Т.Н. Сахаровой эмоционально-нравственной сферы личности на позднем этапе онтогенеза

9. Дефицитарные признаки старения
10. Теоретические гипотезы старения
11. Специфика когнитивной сферы личности в старости
12. Методы диагностики и коррекции личности в пожилом возрасте
13. Личностные новообразования в поздние годы жизни человека в теории К. Роджерса
14. Причины психологических заболеваний людей пожилого возраста
15. Профилактика и лечение психических расстройств в старости
16. Психологическое сопровождение лиц пожилого возраста
17. Проведите сравнительный анализ запрограммированных и незапрограммированных теорий старения
18. Профилактика и устранение депрессивных состояний у пожилых людей
19. Особенности использования психотерапевтических методов в индивидуальной и групповой работе с пожилыми людьми
20. Методы психодиагностики оценки состояния пожилых людей.

#### **Вопросы для подготовки к текущему контролю успеваемости**

1. Основные положения современной геронтопсихологии
2. Позитивные и негативные стереотипы и искаженные представления о пожилых людях
3. Дилеммы в пожилом возрасте Р.Пек
4. Задачи пожилого возраста в модели Р.Хейвигхерста
5. Проблема одиночества в старости
6. Обобщенные и специфические критерии мудрости
7. Феномен мудрости по Л.И. Анцыферовой
8. Реакции неприятия собственного старения по Н.Ф. Шахматову
9. Классификация типов приспособления личности к старости Д.Бромлей
10. Новообразование позднего возраста М.В. Ермолаевой
11. Внутренние факторы благополучия и качества развития в поздние годы по Л.И. Анцыферовой
12. Принципы психологической работы с пожилыми людьми в России.
13. Методика «Ваш психологический возраст» С.С. Степанов,
14. Методика «Самооценка факторов образа жизни» Т. Н. Сахарова и др. ,
15. Методика «Диагностика мотивационной структуры личности» В.Э. Мильман,
16. Рефлексивный тест самоотчет «Кто я?» В.С Мухиной,
17. Тест «Индекс жизненной удовлетворенности» Б. Ньюгартен, Н.В. Панина

### **5. Фонд оценочных средств для аттестации по дисциплине**

#### **5.1. Критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.**

При выполнении всех работ учитываются следующие **основные критерии**:

- уровень теоретических знаний (подразумевается не только формальное воспроизведение информации, но и понимание предмета, которое подтверждается правильными ответами на дополнительные, уточняющие вопросы, заданные членами комиссии);
- умение использовать теоретические знания при анализе конкретных проблем, ситуаций;
- качество изложения материала, то есть обоснованность, четкость, логичность ответа, а также его полнота (то есть содержательность, не исключающая сжатости);
- способность устанавливать внутри- и межпредметные связи,

- оригинальность мышления, знакомство с дополнительной литературой и другие факторы.

**Описание шкалы оценивания на промежуточной аттестации в форме зачета**

Оценка	Уровень подготовленности, характеризуемый оценкой
<i>Зачтено</i>	владение программным материалом, понимание сущности рассматриваемых процессов и явлений, умение самостоятельно обозначить проблемные ситуации в организации научных исследований, способность критически анализировать и сравнивать существующие подходы и методы к оценке результативности научной деятельности, свободное владение источниками, умение четко и ясно излагать результаты собственной работы, следовать нормам, принятым в научных дискуссиях.
<i>Не зачтено</i>	непонимание смысла ключевых проблем, недостаточное владение науковедческой терминологией, неумение самостоятельно обозначить проблемные ситуации, неспособность анализировать и сравнивать существующие концепции, подходы и методы, неумение ясно излагать результаты собственной работы, следовать нормам, принятым в научных дискуссиях.

**5.2. Примеры типовых контрольных заданий или иных материалов, используемых для оценивания результатов обучения по дисциплине**

**Типовой тест для текущего контроля успеваемости (примерные вопросы)**

1. Процесс стабилизации жизнедеятельности организма, восстановления и компенсации многих изменений, вызванных старением, способствующий возникновению новых приспособительных механизмов, является:

- А) витаукт
- Б) субъектность
- В) социальная идентификация

2. Свободнорадикальная теория старения выдвинута:

- А) К.Маккеем
- Б) Д.Хармом
- В) В.М. Дильманом

3. Основная дилемма развития в поздней взрослости в эпигенетической теории

Э.Эриксона:

- А) автономия или стыд и сомнение
- Б) целостность эго или отчаяние
- В) продуктивность или застой

**Контрольные вопросы к зачету**

1. Предмет и объект геронтопсихологии
2. Научные направления исследования взрослых и пожилых людей
3. Задачи развития поздней взрослости
4. Адаптационно-регуляторная теория старения В.В. Фролькиса.
5. Понятие старости в эпигенетической теории Э.Эриксона
6. Теоритическое осмысление старости в теории Л.Торнстона
7. Специфика содержания структурных звеньев самосознания в пожилом и старческом возрасте

8. Возрастные изменения психических функций в пожилом и старческом возрасте
9. Особенности эмоционально-волевой сферы пожилых людей
10. Особенности потребностно-мотивационной сферы пожилых людей
11. Изменение интеллекта в старости
12. Факторы риска когнитивного снижения в старости
13. Влияние образа жизни на процесс старения
14. Депрессивные расстройства в пожилом возрасте
15. Адаптация к пенсионному периоду жизни
16. Стратегии адаптации к старости М.В. Ермолаевой
17. Понятие реституциализации в геронтогенезе
18. Основные механизмы старения как биологического процесса
19. Особенности инволюционных изменений в психосоматическом и психологическом состояниях человека в старости
20. Задачи развития поздней взрослости

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.**

### **Основная литература**

1. Сахарова, Т. Н. Геронтопсихология : учебник / Т. Н. Сахарова, Е. Г. Уманская, Н. А. Цветкова ; под редакцией Т. Н. Сахаровой. — 2-е изд., доп. — Москва : МПГУ, 2018. — 352 с. — ISBN 978-5-4263-0636-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система.
2. Корсакова, Н. К. Геронтопсихология. Нейропсихологический синдром нормального старения : учебное пособие для вузов / Н. К. Корсакова, И. Ф. Рощина, Е. Ю. Балашова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 81 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15027-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]

### **Дополнительная литература**

3. Горбунова, Г. П. Что такое геронтопсихология : учебное пособие / Г. П. Горбунова, Т. В. Канаева. — Кемерово : КемГУ, 2009. — 142 с. — ISBN 978-5-8353-0913-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система.
4. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология : учебное пособие для вузов / Е. А. Сорокоумова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04322-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт].
5. Кашапов М. М. Акмеология: учебное пособие - М.: Издательство Юрайт, 2017. — 106 с. - [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/D09420E8-A57B-4BF6-935D-014A97C0DF48>
6. Константинов В.В. Профессиональная деформация личности: учебное пособие - М.: Издательство Юрайт, 2017. — 158 с. [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/F0AE9971-AFB5-4D8F-B713-AE90A6E96B85>

### **Программное обеспечение**

Для работы с текстами – Microsoft Word,  
для подготовки презентаций – Microsoft PowerPoint (Дог. № 62459079).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

- помещения для проведения занятий: лекционного типа, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной



аттестации, а также помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования и помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ННГУ;

- материально-техническое обеспечение, необходимое для реализации дисциплины, включая лабораторное оборудование;
  - лицензионное программное обеспечение: *Windows, Microsoft Office*;
  - обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечиваются электронными и (или) печатными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.
- ресурсам.

Рабочая программа учебной дисциплины составлена в соответствии с учебным планом, Положением о подготовке научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре) (Постановление Правительства РФ от 30.11.2021 № 2122), Федеральными государственными требованиями к структуре программ подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре) (Приказ Минобрнауки РФ от 20.10.2021 № 951).

Авторы:

Авторы \_\_\_\_\_ Шуткина Ж.А.

Рецензент(ы) \_\_\_\_\_ Захарова Л.Н.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Маркелова Т.В.

Программа одобрена на заседании учебно-методической комиссии ФСН ННГУ  
15.12.2023 г., протокол № 7.