



«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий кафедрой клинической психологии

к. психол. н., доцент Е.В. Янко

«29» августа 2025 г.

ВОПРОСЫ

для подготовки к зачёту

дисциплины «Психология адаптации»

для студентов 3 курса

Педиатрического факультета

Специальность 37.05.01 Клиническая психология

1 семестр 2025-2026 учебного года

1. Предмет и задачи психологии адаптации и дезадаптации
2. Определение понятия адаптации и дезадаптации, основные составляющие понятий.
3. Представление о проблеме адаптации (адаптивности) личности как феномене.
4. Адаптация как процесс, состояние и свойство. Основные типы адаптационного процесса.
5. Разновидности адаптации: нормальная адаптация и ее подвиды.
6. Подходы к исследованию адаптации и ее механизмы: индивидуальные, когнитивные, поведенческие, мотивационные.
7. Виды адаптации. Индивидуально-психологическая адаптация личности.
8. Адаптация к учебной деятельности.
9. Социально-психологическая адаптация личности и ее взаимосвязь с профессиональной.
10. Особенности социально-психологической адаптации к различным условиям среды.
11. Классификация разновидностей социально-психологической адаптации личности А.А. Налчаджяна и И.Д. Калайкова.
12. Понятие психологического стресса, причины его возникновения и классификация.
13. Стресс и адаптивность личности в контексте совладающего поведения.
14. Устойчивость личности к стрессу. Факторы стрессоустойчивости.
15. Адаптационные возможности личности. Представление об адаптационном потенциале.
16. Роль преодолевающего поведения в процессе адаптации. Основные типологии и классификации психологических защит.
17. Психологическая дезадаптация личности и ее виды.
18. Подходы к проблеме дезадаптации: медицинский, социально-психологический и онтогенетический.
19. Классификация причин социально-психологической дезадаптации.
29. Исследования адаптированности по внутреннему критерию методик, основанных на самооценке, проективных методов и метода семантического дифференциала.
30. Исследования адаптированности по внешнему критерию с использованием методов анализа документов, тестов достижений, анкетирования, структурированного интервью, беседы, проективных методов, социометрии.

- 31. Диагностика адаптивного потенциала личности.
- 32. Методы исследования стратегий адаптивного поведения и coping-стратегий.
- 33. Методики исследования социально-психологической адаптации на разных возрастных этапах.
- 34. Программы антистресса (Н.Самоукина), дыхательные техники и релаксационные техники
- 35. Основные техники совладания, работа с иррациональными стрессогенными установками (А. Эллис).
- 36. Активность и способность принимать решения как важнейший личностный ресурс совладания.
- 7. Использование креативных стратегий при социально-психологической адаптации.
 - 38. Роль руководителя в психологичес