

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

НАО «Костанайский  
региональный университет  
им.А.Байтурсынова



Утверждаю  
И.о.Провоста-Первого проректора  
А.Исмаилов  
2021г.

**Программа курса**  
**«Серебряный возраст возможностей: психология развития»**  
Общий объем 20 часов

Костанай, 2021

**Руководитель программы:** старший преподаватель кафедры педагогики и психологии, магистр педагогики и психологии - Усембаева А.Х.

**Цель:** повышение качества жизни и укрепление душевного здоровья путем развития коммуникативных навыков и знаний эффективного межличностного взаимодействия.

**Основные задачи:**

- создание благоприятных условий для успешной адаптации пожилых людей в современной жизни, для самообразования и самосовершенствования;
- формирование и развитие среды общения;
- активизация творческого потенциала и сохранение позитивного отношения к жизни;
- повышение уровня коммуникативных навыков пожилых людей;
- гармонизация семейных отношений с детьми и внуками.

**Учебно-тематический план**

<b>№</b>	<b>Сабақтың тақырыбы Тема занятий</b>	<b>Сағат саны Количество часов</b>
1	Введение в психологию общения	2
2	Структура и средства общения.	2
3	Виды и уровни общения.	2
4	Феномены социального поведения. Межличностные отношения: трансактный анализ Э.Берна..	2
5	Семья как система. Системные семейные расстановки Б. Хелленгера	2
6	Психология семейных отношений. Семейные кризисы и способы их преодоления	2
7	Эпигенетическая теория психосоциального развития Э. Эриксона	2
8	Психология детско-родительских отношений. Психология воспитания	2
9	Стресс без дистресса, Методы профилактики стресса	2
10	Психология личностного роста. Искусство вести здоровый образ жизни	2
	<b>Итого</b>	<b>20</b>

## Содержание курса

### **Модуль 1. Психологические проблемы общения. Базовый курс.**

По окончании обучения слушатели смогут эффективно регулировать и определять стратегию комфортного общения с собеседником или с группой.

### **Модуль 2. Психология развития.**

В процессе обучения слушатели познакомятся с основными закономерностями развития личности ребенка и психологическими способами преодоления кризисов в трех возрастных группах: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет, от 11 до 17 лет. Научатся создавать оптимальную для ребенка развивающую среду дома, смогут анализировать содержание детских игр, самостоятельно проводить различные виды развивающих игр, помогать детям решать проблемы подросткового возраста.

### **Модуль 3. Взаимоотношения с детьми и внуками.**

По окончании обучения слушатели смогут понимать психологические особенности мужчин и женщин, предупреждать конфликтные ситуации в семье, овладеют навыками эффективного общения, в том числе с детьми разных возрастов, получают консультации специалиста по созданию психологической комфортной домашней среды.

### **Модуль 4. Психология личностного роста серебряного возраста. Базовый курс.**

В результате обучения слушатели сформируют индивидуальную карту личностного роста; научатся анализировать и осуществлять выборы в образовательной сфере, межличностных отношениях, формах проведения досуга, поддержания здорового образа жизни; изучат возможности рефлексии с использованием социальных сетей, блога и тематических форумов.

Директор института дистанционного обучения и  
дополнительного образования

 А.Жикеев