

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ НЕЗАВИСИМЫЙ УНИВЕРСИТЕТ МОЛДОВЫ**  
**ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНЫХ И ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК**

**РЕГЛАМЕНТ О ПОДГОТОВКЕ И ЗАЩИТЕ МАГИСТЕРСКИХ РАБОТ**

(для программ, администрируемых кафедрой психологии и наук об образовании, кафедрой социальной работы имени Николае Сали)

Утверждено на заседании Совета ФСПН  
от 24 сентября 2025 года, протокол № 2

Декан: \_\_\_\_\_ /Светлана Руснак

**I. ВВЕДЕНИЕ**

Магистерская работа является неотъемлемой частью учебного плана программы магистратуры, предназначенной для развития и подтверждения способностей студента в области теоретического и практического исследования, позволяет углубить знания в конкретной области, проводя последовательное и детальное исследование актуальной и значимой проблемы для профессионального и научного развития.

**II. ОБЩАЯ СТРУКТУРА МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ**

Титульный лист должен содержать указание на место выполнения работы, имя автора, тему работы и научного руководителя (см. Приложение 1).

Содержание магистерской работы (Приложение 2) отражает структуру и основное содержание работы в форме краткого списка ключевых вопросов с указанием страниц. Структура работы включает следующие разделы, как представлено в Таблице 1.1, в которой указаны рекомендуемые разделы и их объем.

**Таблица 1.1. Разделы магистерской работы и их рекомендуемый объем**

	Название разделов	Кол-во страниц, объем
1.	<b>ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ</b>	1
2.	<b>ОГЛАВЛЕНИЕ</b>	1-2
3.	<b>СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ (по необходимости)</b>	1
4.	<b>ВВЕДЕНИЕ</b>	4-5
5.	<b>ОСНОВНЫЕ РАЗДЕЛЫ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ</b> (с конкретными названиями глав)	40-48 (2-3 главы)
6.	<b>ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ</b>	4-5
	<i>Всего страниц</i>	50-60
7.	<b>БИБЛИОГРАФИЯ</b>	не меньше 40 источников
8.	<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	Не ограничивается
9.	<b>ANNOTATION</b>	1
10.	<b>ADNOTARE</b>	1
11.	<b>ОТЗЫВ НАУЧНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ</b>	1
12.	<b>ВНЕШНИЙ ОТЗЫВ</b>	1
13.	<b>ДЕКЛАРАЦИЯ ОБ ОРИГИНАЛЬНОСТИ СОДЕРЖАНИЯ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ</b>	1
14.	<b>ПРЕДСТАВЛЕНИЕ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ</b> (в Power Point)	10-15 мин.

Магистерская работа состоит из двух частей: основной части (разделы 1-7) и дополнительной части (разделы 8-12). Объем основной части не должен превышать 50-60 страниц, включая иллюстративный материал (рисунки, таблицы), который не должен составлять более 30% от общего объема. Дополнительная часть не имеет ограничений по объему.

Содержание работы включает следующие элементы:

- **Вводная часть (Введение)** – теоретический, историографический, методологический и методический раздел, отражающий актуальность исследуемой темы, проблему, объект и цель исследования, гипотезы и задачи, концептуальную основу, методы, этапы исследования, экспериментальную базу и ключевые термины.
- **2-3 главы** – в которых подробно рассматривается тема исследования, включая теоретическую документацию, анализ, аргументы автора, а также прикладные исследования и выводы по каждому разделу. При необходимости главы могут быть разделены на подразделы, параграфы и подпараграфы.

- **Заключительная часть (Выводы и рекомендации)** – раздел, в котором синтезируются результаты исследования, подчеркивается личный вклад автора в решение поставленных задач, и формулируются практические рекомендации.
- **Список литературы** – перечень использованных источников, приведенный в алфавитном и хронологическом порядке в соответствии с общепринятыми стандартами.

Эти элементы обеспечивают академическую последовательность и качество магистерской диссертации.

### III. СОДЕРЖАНИЕ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

В разделе **Введение** (4-5 страниц) представлены следующие основные элементы исследования.

- **Актуальность исследования.** Данный подраздел подчеркивает важность и значимость темы с теоретической и практической точек зрения, обосновывая вклад исследования в развитие отрасли и профессиональное становление автора. Здесь описывается актуальность исследования в контексте проблематики специальной литературы и социальной реальности, иллюстрируя прямую связь между исследуемой проблемой и повседневными вызовами. Актуальность исследования предполагает глубокий анализ темы, выявление теоретических аспектов и их применение в экспериментальном исследовании.
- **Проблема исследования.** Проблема исследования формулируется кратко и подчеркивает необходимость решения конкретной теоретической и практической ситуации. Проблема направляет исследование, концентрируя внимание на анализе определенного аспекта и установлении направлений для его решения.
- **Объект исследования.** Объектом исследования является выбранный для изучения феномен или процесс в зависимости от предметной области. Это может быть теоретическая концепция или практический процесс, цель которого – четко определить область интересов исследования.
- **Цель исследования.** Цель исследования определяет конечные задачи исследования и направлена на выявление особенностей изучаемого объекта. Это может включать разработку теоретической или методологической структуры, создание экспериментальной программы и формулировку выводов, релевантных исследуемой проблематике.
- **Задачи исследования.** Задачи делятся на две категории: теоретические и практические. Они включают структурированный план проведения исследования и состоят из таких действий, как изучение специальной литературы, теоретический и эмпирический анализ, выявление специфических характеристик, построение исследовательской модели, сбор и анализ данных и получение результатов.
- **Гипотезы исследования.** Гипотеза – это тестируемое утверждение о возможных причинно-следственных связях между исследуемыми переменными. Она формулируется на основе теоретических знаний и предварительных наблюдений, имеет цель направить эмпирическое тестирование и подтвердить или опровергнуть установленные гипотетические связи между анализируемыми аспектами.
- **Концептуальная база исследования.** В данном разделе содержатся ссылки на теории, подходы, принципы и ключевые концепции, с указанием авторов и их значимых вкладов из специальной литературы, которые повлияли на методологический и концептуальный дизайн исследования.
- **Методы, процедуры и техники исследования.** Методология исследования разделяется на теоретические методы (библиографический анализ, синтез и классификация), практические методы (экспериментальное исследование) и статистические методы для качественного и количественного анализа собранных данных.
- **Этапы исследования.** Они последовательно описывают исследовательскую деятельность, необходимую для достижения поставленной цели, и включают шаги, начиная с документации и формулирования гипотез и заканчивая сбором данных и интерпретацией результатов.
- **Экспериментальная база исследования.** В данном разделе описывается выборка, использованная в экспериментальном исследовании, в соответствии с актуальными критериями отбора. Данный раздел характерен для работ с эмпирической основой и детализирует переменные и изучаемую популяцию.
- **Значимость работы.** Данный раздел подчеркивает вклад автора в решение исследуемой проблемы, отражая как теоретические новшества, так и практическую значимость. Это проявляется в двух аспектах:
  - **теоретическая значимость:** результаты концептуального анализа, синтеза и новые модели, предложенные автором;
  - **практическая значимость:** применимость выводов исследования в реальных ситуациях, с конкретным описанием практических результатов, достигнутых в ходе исследования.

- **Ключевые термины.** Этот раздел включает основные понятия, связанные с проблемой и объектом исследования, расположенные в алфавитном порядке. Определение терминов демонстрирует усвоенные знания и облегчает правильное понимание используемых в работе концепций.

**Изложение результатов теоретического исследования и практического исследования** представлено в 2-3 главах, отражающих деятельность по достижению целей, установленных во введении. Работа может включать три главы, если исследование охватывает как теоретическое изучение, так и формирующий эксперимент; две главы, если формирующий эксперимент не предусмотрен. Каждая глава имеет сбалансированную структуру, соответствующую общему объему работы.

### **ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ГЛАВА (20-25 страниц)**

Данная глава синтезирует актуальные материалы из специализированной литературы в соответствии с академическими требованиями. Содержание главы должно соответствовать следующим критериям:

- раскрывать выбранную тему с инновационными и актуальными подходами к исследуемой проблеме;
- представлять эволюцию исследований в данной области, основные вклад и глубину анализа, проведенного различными авторами;
- выделять основные концепции, необходимые для понимания изучаемой проблемы;
- синтезировать основные идеи и формулировать ясные и логические выводы.

Каждый раздел начинается с изложения основных идей и целей, а завершается выводами, полученными в результате теоретического анализа. Текст должен быть логичным, ясным, отражать знания, приобретенные в данной области, и использовать соответствующий научный стиль.

**Использование научно-аппаратного комплекса является обязательным и предполагает последовательную интеграцию справочного материала, пояснительных примечаний, приложений, таблиц, рисунков и других релевантных иллюстративных материалов. Цитирование и оформление библиографических источников осуществляются в соответствии со стандартом APA (American Psychological Association, 7-е издание).**

Цитирование в тексте выполняется с указанием автора и года публикации, например: (*Popescu, 2020*) или (*Ionescu & Mare, 2021*). Финальный список литературы оформляется полностью в стиле APA.

Каждая магистерская работа должна включать не менее 40 актуальных и релевантных научных источников, относящихся к теме исследования, с приоритетом для специализированной научной литературы (монографии, статьи из индексированных журналов, документы образовательной политики, международные стандарты). Текст работы должен обеспечивать логическую связность изложения, аргументативную строгость и солидное теоретическое обоснование исследовательского подхода.

*Примеры цитирования в тексте (стиль APA):*

Согласно недавним исследованиям, развитие управленческих компетенций напрямую влияет на эффективность образовательных организаций (*Rusu, 2022*).

В анализе процессов школьной интеграции акцент делается на сотрудничестве между учителем, консультантом и семьей (*Dumitru & Enache, 2020*).

Исследования в области педагогической психологии подчёркивают важность трансформационного лидерства в школах (*Roberts et al., 2021*).

### **ПРАКТИЧЕСКАЯ ГЛАВА/ГЛАВЫ (20-30 страниц)**

Данная глава представляет собой экспериментальную часть магистерской работы. Если исследование включает практический и формирующий эксперимент, они описываются в отдельных главах. Глава включает изложение методологии и дизайна эмпирического исследования, а затем описание, анализ и обсуждение полученных результатов.

Рекомендуется начинать главу с выделенного раздела, в котором описываются методологические принципы и методы исследования. В этом разделе излагаются основные элементы.

- **Цель практического исследования** – описание общей цели исследования и его вклада в понимание исследуемой проблемы.
- **Основная гипотеза/гипотезы** – формулировка основных гипотез, которые направляют исследование и создают основу для проверки взаимосвязей между вовлеченными переменными.
- **Операциональные гипотезы** – гипотезы, сформулированные на основе основных гипотез, с целью уточнения конкретных взаимосвязей между переменными в тестируемой форме. Эти гипотезы поддерживают практические задачи и структурируют экспериментальное исследование, формулируя четкие ожидаемые результаты, которые можно проверить эмпирически.

- **Описание выборки/группы участников исследования** – характеристика группы участников, включая релевантные характеристики, размер выборки и критерии отбора. Это позволяет четко определить изучаемую популяцию и обосновать методологические выборы.
- **Порядок этапов исследования** – последовательное описание этапов проведения исследования, отражающее логику процесса. Этапы включают планирование, реализацию и анализ данных, обеспечивая ясное представление о методологическом подходе.
- **Методы и техники, используемые в исследовании** – перечень и краткое описание методов и техник исследования с указанием цели каждого метода в контексте исследования. Методы могут включать как теоретические подходы (литературный анализ, синтез), так и практические техники (наблюдение, эксперименты, количественные и качественные измерения) и статистические методы для качественного и количественного анализа данных.

Данная методологическая структура уточняет подход к исследованию и обеспечивает строгую научную основу для исследовательского процесса, тем самым укрепляя обоснованность и актуальность полученных выводов.

В следующих разделах представлены экспериментальные результаты, структурированные для обеспечения последовательности и логического изложения информации. Рекомендуемая структура включает следующие элементы:

- **Содержание операциональной гипотезы** – формулировка гипотезы, подлежащей проверке, отражающей цель экспериментального исследования.
- **Метод проверки гипотезы** – описание используемого метода исследования, адаптированного для проверки сформулированной гипотезы.
- **Количественное описание результатов исследования** – представление полученных данных в количественной форме, включая измерения и специфические наблюдения, сделанные в ходе исследования.
- **Качественный анализ результатов** – интерпретация полученных данных, включая применение математико-статистических методов анализа для предоставления полного представления о результатах.
- **Выводы о подтверждении или опровержении гипотезы** – оценка результатов в соответствии с исходной гипотезой с указанием того, была ли она подтверждена или опровергнута.
- **Обобщенные выводы** – формулировка общих выводов, основанных на интегрированной интерпретации экспериментальных данных.

Представление результатов может быть выполнено с помощью таблиц, схем, графиков, диаграмм и других визуальных форм, включенных в текст и/или приложения. Рекомендуется использовать графические элементы для ясного и сжатого изложения полученных данных.

В приложениях могут быть представлены полные таблицы данных, детализированные результаты статистического анализа (в тексте они указываются в виде коэффициентов), а также полные описания методов, редко используемых в исследовательской практике. В случае формирующего эксперимента приложения могут включать общий план и расписание мероприятий, а также протоколы.

Глава завершается разделом, посвященным общим выводам, которые обобщают результаты эмпирического исследования. В случае проведения формирующего эксперимента этот раздел отражает результаты и выводы, полученные в результате реализации соответствующей программы.

При включении третьей главы подробно описываются задачи формирующего эксперимента, принципы разработки программы, описание участников, специфика проводимых мероприятий, гипотезы и их проверка посредством сравнения данных тестов до и после эксперимента (метод тест-ретест). Также приводятся ссылки на аналогичные эксперименты из специальной литературы для обоснования методологической валидности и научной значимости исследования.

В разделе **ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ** (3-4 страницы) обобщаются основные идеи и результаты исследования, предоставляя четкое представление о влиянии проведенного исследования на предметную область и о его практической применимости.

- **Краткое изложение основных идей работы** – синтез фундаментальных концепций и теорий, а также новаторских аспектов, предложенных автором для понимания выбранной темы.
- **Демонстрация полноты и последовательности исследования** – подчеркивание того, как исследование полностью и последовательно отвечает поставленным целям, оправдывая необходимость и значимость подхода для понимания исследуемой проблемы.
- **Теоретические и практические выводы, полученные в результате исследования** – формулирование основных выводов на основе проведенных анализов, подчеркивая вклад в развитие теоретических

знаний и их применение в практических ситуациях. Эти выводы демонстрируют как обоснованность гипотез, так и новые перспективы, открывающиеся благодаря полученным результатам.

- **Предложения и практические рекомендации** – рекомендации по применению полученных результатов на практике, направленные на улучшение процессов, вмешательств или стратегий в предметной области. Включаются также рекомендации для будущих исследований, направления для углубления темы или предложения по практической реализации выводов.

Эти выводы и рекомендации завершают работу, подчеркивая ценность проведенного исследования и предлагая основу для применения и продолжения исследований в данной области.

## **БИБЛИОГРАФИЯ**

Работа завершается библиографическим разделом, оформленным в соответствии с требованиями стандартов библиографического описания, что отражает прочную теоретическую основу и всестороннюю документацию, на которой строится исследование.

## **IV. ТЕХНИЧЕСКОЕ ОФОРМЛЕНИЕ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ**

Магистерская работа выполняется в электронном и печатном форматах, в двух экземплярах, один из которых возвращается автору после защиты. Печатный документ должен быть напечатан на бумаге формата А4 и переплетен в профессиональную обложку. Текст набирается шрифтом **Times New Roman**, размером 12, с междустрочным интервалом 1,5. Параметры страницы следующие: левое поле – 3 см, правое – 1,5 см, верхнее и нижнее – 2,0 см. Каждая глава начинается с новой страницы.

### **Форматы выделения в тексте:**

- **Заголовки глав:** набираются заглавными буквами, полужирным шрифтом, например, **1. ИССЛЕДОВАНИЯ САМОСОЗНАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ.**
- **Заголовки подразделов:** набираются полужирным шрифтом, например, **1.1. Теоретические разработки проблемы социальной изменчивости.**
- **Названия составных частей:** полужирным шрифтом, для разделов, таких как „Актуальность исследования” или „Цель работы”.
- **Основные концепции и важные понятия:** полужирным шрифтом, например, „среднее, стандартное отклонение и частота – это способы обобщения информации в статистике”.
- **Слова на иностранных языках:** курсивом, например, „*feedback*”.
- **Важные определения и выводы:** курсивом, например, „*Таким образом, в завершении этого изложения можно заключить о прямой тесной связи между потреблением наркотиков и тревожностью*”.

**Представление результатов исследования** может включать таблицы, рисунки, формулы, фотографии и т. д., которые могут быть размещены как в тексте, так и в приложениях. Графические формы представления (таблицы, графики, диаграммы) рекомендуется использовать для наглядного и краткого отображения полученных результатов. Все графические элементы нумеруются в соответствии с номером главы, например, „Рисунок 2.5” или „Таблица 2.1”. Формулы выравниваются по левому краю строки, а их номер размещается справа.

### **Инструкции по оформлению таблиц:**

- Каждая таблица должна иметь номер и описательный заголовок, например: „Таблица 2.1. Средние значения, полученные по результатам теста коммуникативных способностей”.
- Номер и заголовок таблицы размещаются по центру над таблицей.
- В тексте ссылка на таблицу делается, используя выражение „Таблица 2.1”.
- Если таблица заимствована из другого источника, источник указывается в скобках после заголовка таблицы.

### **Инструкции по оформлению рисунков:**

- Любой график, карта, фотография, схема или чертеж обозначается как „рисунок”.
- Нумерация рисунков включает номер главы, например, „Рисунок 2.1. Выражение групповой сплоченности в начале военной службы”, при этом номер располагается по центру под рисунком.
- В пояснительном тексте используется формулировка „Рисунок 2.1”.
- Если рисунок или данные для графика заимствованы из другого источника, указывается соответствующий источник.

## **Библиография**

Библиография является важнейшей составляющей магистерской работы, отражающей уровень изучения литературы, научную строгость и теоретическую компетентность автора. Все использованные источники

оформляются в соответствии со стилем APA (American Psychological Association, 7-е издание) — см. Приложение 3.

В рамках магистерской работы литературные источники организуются по следующим принципам:

#### *Структурирование по типу письменности*

Библиография делится на две отдельные секции:

- источники, представленные латиницей (на румынском, английском, французском и др. языках);
- источники, представленные кириллицей (на русском, украинском и др. языках).

Каждая секция оформляется отдельно и строго в соответствии с требованиями APA.

#### *Алфавитный порядок*

Источники располагаются строго в алфавитном порядке по фамилии автора, в соответствии с нормами APA.

Работы одного и того же автора могут быть размещены:

- либо в алфавитном порядке названий,
- либо в хронологическом порядке — от наиболее новых к более ранним.

Оба варианта допустимы, при условии последовательного применения одного и того же принципа во всей работе.

#### *Работы одного автора, опубликованные в один и тот же год*

Если автор имеет несколько публикаций в одном году, они различаются с помощью букв, добавляемых после года издания: *2020a*, *2020b*, *2020c*.

Такие источники располагаются в алфавитном порядке названий, в строгом соответствии с правилами APA.

#### **Примечание**

В конце магистерской работы добавляются:

- Заключение научного руководителя, с подписью (Приложение 5).
- Заключение специалиста или группы специалистов из организации практики, если применимо (Приложение 6).

Эти требования обеспечивают последовательность и единообразие магистерских работ и способствуют соблюдению академических стандартов в учреждении.

## **V. ОБЯЗАННОСТИ НАУЧНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ**

Научный руководитель магистерской работы несет ответственность за руководство студентом в процессе подготовки диссертации, обеспечивая соответствие академическим стандартам и требованиям учебного заведения. Обязанности научного руководителя включают следующее:

- **Ознакомление студента с положением о подготовке магистерских работ** – обеспечение того, чтобы студент знал и соблюдал установленные требования и нормы для выполнения магистерской работы.
- **Регулярные консультации студента** – предоставление руководства и обратной связи в соответствии с графиком консультаций, установленным на профильной кафедре, поддержка студента на всех этапах выполнения работы.
- **Проверка соответствия работы установленным требованиям** – оценка структуры и содержания работы, включая план, корректность научного аппарата, библиографических ссылок и списка литературы.
- **Анализ содержания и окончательной формы работы** – детальный обзор работы для обеспечения академического качества и логичности представленной информации.
- **Составление отзыва на магистерскую работу** – написание отзыва, отражающего оценку руководителя и подчеркивающего важные аспекты проведенного исследования.
- **Передача электронной версии работы Директору Службы Контроля Учебного Процесса (СКУП)** – отправка работы на проверку через Антиплагиат ULIM не менее чем за 7 календарных дней до публичной защиты.
- **Проверка соответствия печатной и электронной версий работы** – подтверждение идентичности двух версий и оформление официального заявления об этом.
- **Заполнение декларации об ответственности научного руководителя** – подписание декларации, подтверждающей участие и ответственность руководителя за надлежащее руководство подготовкой работы.

- **Подача окончательной версии магистерской работы в СКУП** – представление работы в Службу Контроля Учебного Процесса с подписями всех ответственных лиц (автора, научного руководителя, заведующего кафедрой) на титульном листе и с заполненными декларациями не менее чем за 7 календарных дней до публичной защиты.
- **Проверка через систему Антиплагиат ULIM** – Директор СКУП отмечает на работе результат проверки: «Прошел/не прошел проверку через систему Антиплагиат», заверяя документ подписью.

Эти обязанности способствуют обеспечению процесса подготовки и защиты магистерской работы в соответствии с академическими стандартами и нормами профессиональной этики.

#### **VI. ОБЯЗАННОСТИ ЗАВЕДУЮЩЕГО КАФЕДРОЙ**

- **Анализ и обновление тем магистерских работ** – ежегодный пересмотр предлагаемых тем, обеспечивающий их актуальность и соответствие современным требованиям. Темы представляются в СКУП для утверждения.
- **Обеспечение передачи работ в СКУП для проверки на плагиат** – обязанность отправить магистерские работы Директору СКУП как минимум за 7 дней до публичной защиты для проверки через систему Антиплагиат.
- **Допуск к публичной защите** – к защите допускаются только те магистерские работы, которые полностью соответствуют установленным требованиям и успешно прошли проверку на плагиат (в соответствии с Положением о системе Антиплагиат ULIM).

#### **VII. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ОРИГИНАЛЬНОСТЬ СОДЕРЖАНИЯ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ**

Для обеспечения академического качества и предотвращения плагиата, в соответствии с положениями Кодекса об образовании Республики Молдова №152 от 17.07.2014, Кодекса о науке и инновациях №259-XV от 15.07.2004, Закона о правах автора и смежных правах №139 от 02.07.2010, а также Национальной стратегии в области интеллектуальной собственности (Постановление Правительства №880 от 22.11.2012), студент-автор и научный руководитель подписывают **Декларацию о собственной ответственности за оригинальность содержания магистерской работы** (Приложение 4), которая прилагается к работе. Эта декларация подтверждает приверженность стандартам оригинальности и академической честности.

#### **Примечания и уточнения**

1. **Рекомендуемый объем магистерской работы** – 50-60 страниц.
2. **Эстетика и аккуратность оформления** – работы должны быть аккуратно оформлены, переплетены должным образом; эстетический вид работы имеет важное значение, дополняя качество содержания.
3. **Участие в конференциях и публикациях** – исследования, выполненные в рамках магистерской работы, могут быть представлены на симпозиумах и научных конференциях и могут служить основой для специализированных публикаций.
4. **Сроки установления тем магистерских работ** – в первом году обучения до 1 апреля.

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И ИССЛЕДОВАНИЙ РЕСПУБЛИКИ МОЛДОВА  
МЕЖДУНАРОДНЫЙ НЕЗАВИСИМЫЙ УНИВЕРСИТЕТ МОЛДОВЫ  
ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНЫХ И ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ НАУК**

**Братунова Эмилия**

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ОПЫТА ПЕРЕЖИВАНИЯ КРИЗИСНОГО СОБЫТИЯ И  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ**

**Работа на соискание степени магистра**

*Допущена к защите*

*Заведующая Кафедрой Психологии и Образовательных наук*

---

*Преподаватель, доктор Алена Мелентьева*

*” \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2026*

*Руководитель: Светлана Руснак,  
доктор психологии, доцент*

---

*Автор: Эмилия Братунова, студентка II-го курса,  
Программа Клиническая психология  
и психологическое консультирование*

---

**Кишинэу - 2026**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b>	<b>3</b>
<b>1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФЕНОМЕНА КРИЗИСА СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ</b>	<b>7</b>
1.1. Анализ теоретических подходов к исследованию жизненных кризисов	7
1.2. Психологическое содержание кризиса середины жизни	17
1.3. Модель кризиса середины жизни, используемая в данной работе	24
<b>2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ КРИЗИСА СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ</b>	<b>28</b>
2.1. Программа и методы исследования	28
2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования	33
2.3. Выводы по результатам исследования	40
<b>3. ТРЕНИНГ РАЗВИТИЯ САМООТНОШЕНИЯ НА ЭТАПЕ СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ</b>	
3.1. Методология и методы тренинга	43
3.2. Результаты формирующего исследования	43
3.3. Выводы по результатам формирующего исследования	48
<b>ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ</b>	<b>51</b>
<b>БИБЛИОГРАФИЯ</b>	<b>55</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	<b>58</b>
<b>ANNOTATION</b>	
<b>ADNOTARE</b>	
<b>ОТЗЫВ НАУЧНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ</b>	
<b>ВНЕШНИЙ ОТЗЫВ</b>	
<b>ДЕКЛАРАЦИЯ ОБ ОРИГИНАЛЬНОСТИ СОДЕРЖАНИЯ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ</b>	

### Примеры оформления библиографии в стиле АРА 7

Библиография магистерской работы оформляется исключительно в соответствии со стандартами АРА (American Psychological Association), 7-е издание. Ниже представлены образцы ссылок, сгруппированные по типам источников.

#### I. Нормативные акты

##### *Модель АРА для постановлений, законов, кодексов*

В стиле АРА постоянные ссылки не являются обязательными, но их рекомендуется указывать при наличии.

Примеры:

Правительство Республики Молдова. (2004). Постановление № 1273 об утверждении Номенклатора сезонных работ. Monitorul Oficial al Republicii Moldova, № 212–217. <https://www.legis.md/>

Парламент Республики Молдова. (1994). Закон № 293-XIII об авторском праве и смежных правах. Monitorul Oficial al Republicii Moldova, № 13. <https://www.legis.md/>

Парламент Республики Молдова. (2004). Кодекс о науке и инновациях № 259-XV. Monitorul Oficial al Republicii Moldova.

#### II. Книги (монографии, учебники, трактаты)

##### *Примеры (латиница):*

Nicolescu, O., Verboncu, I. (1996). Management. Editura Economică.

Pânișoară, I.-O. (2015). Comunicare eficientă. Polirom.

Hargreaves, A., Fullan, M. (2012). Professional capital: Transforming teaching in every school. Teachers College Press.

##### *Примеры (кириллица):*

Семенов, В. В. (2000). Философская психология. Academia.

Агафонова, Н. Н., Богачева, Т. В., Глушкова, Л. И. (2002). Гражданское право: Учебное пособие. Юрайт.

##### *Более трёх авторов:*

Stan, N., Popescu, A., Ionescu, M., et al. (2004). Tratat de legumicultură. Editura Academiei.

##### *Источник без автора:*

Institutul Național de Statistică. (2005). Anuarul statistic al Republicii Moldova 2005. Biroul Național de Statistică.

#### III. Авторефераты и диссертации

Примеры:

Sava, P. (2003). Productivitatea agrișului în funcție de soi și distanța de plantare (резюме докторской диссертации). Universitatea Agrară de Stat.

Mardare, I. (2008). Concepția cognitiv-structurală de creare a sistemelor intelectuale pentru restabilirea imaginilor (teză de doctorat). Universitatea Tehnică a Moldovei.

Даду, К. И. (1985). Продуктивность спуровых насаждений яблоней в зависимости от плотности посадки (автореферат кандидатской диссертации). МГУ.

#### IV. Научные статьи из журналов

Примеры:

Adăscăliței, M. (1997). Tăierea de reținere a pomilor de măr. In: Agricultura Moldovei, 9, pp. 17–22.

Hattie, J. (2009). The black box of tertiary assessment: An impending revolution. In: Tertiary Education and Management, 15(3), pp. 123–135.

#### V. Научные работы, опубликованные в коллективных томах

Примеры:

Ruras, M. (2001). Influența prelucrării de bază a solului asupra unor însușiri fizice. In: Culegere de lucrări științifice. Vol. 9. Universitatea Agrară de Stat, pp. 95–99.

Babuc, V., Popov, G., Ursu, A. (1995). Cercetări și realizări în tehnică. In: Realizări, programe, perspective: Tezele conferinței jubiliare internaționale. Universitatea Tehnică a Moldovei, pp. 152–157.

#### VI. Материалы симпозиумов

Пример:

Timuş, A., Ghizdavu, I. (2000). Mortalitatea naturală a larvelor – factor de reglare al nivelului populațional al speciei *Lyonetia clerckella*. In: Protecția integrată a plantelor: Tezele simpozionului internațional științific. Agrarum, pp. 209–211.

## VII. Электронные документы (монографии, отчеты, онлайн-ресурсы)

Онлайн-монографии:

Hârnau, S., Ohrimenko, S., Cernei, G. (2008). Tehnologiile informaționale și problemele globale ale dezvoltării societății. <https://www.ase.md/>

Онлайн-статьи:

Dumitrescu, D. (2007). Evaluarea în biblioteci. In: UniBIB. <http://www.bcub.ro/articoleldr.htm>

Roberts, K. (2000). An analysis of group processes in farmer learning: The Australian experience. In: The Journal of Agricultural Education and Extension, 6(4). <http://library.wur.nl/ejae/v6n4t.html>

### Правила формирования библиографии в стиле APA

Источники располагаются строго в алфавитном порядке по фамилии автора.

Сначала приводятся источники, оформленные латиницей, затем источники на кириллице.

Для нескольких работ одного автора:

- допускается алфавитный порядок названий *или*
- обратный хронологический порядок (от новых к старым), - выбранный вариант должен применяться последовательно.

Для работ одного автора, опубликованных в одном году:

- к году добавляются буквы: 2020a, 2020b;
- эта же буква указывается и в цитировании в тексте.

**Цитирование в тексте (модель автор–год):** (Popescu, 2020), когда фамилия автора встречается в тексте: Popescu O. (2020).

*Пример*

Согласно исследованиям, ситуационные механизмы существенно влияют на поведение личности (Zimbardo, 2019).

Как отмечает Зимбардо (Zimbardo, 2019), ситуационные факторы играют ключевую роль в формировании поведения.

### Пример библиографии:

#### Библиография

1. Batson, C. D. (2011). *Altruism in Humans*. Oxford University Press.
2. Decety, J., Jackson, P. L. (2006). A social–neuroscience perspective on empathy. In: *Current Directions in Psychological Science*, 15(2), pp. 54–58.
3. Eisenberg, N., Fabes, R. A. (1998). Prosocial development. In: *Handbook of Child Psychology: Social, Emotional, and Personality Development*, John Wiley & Sons, pp. 701–778.
4. Harbaugh, W. T., Mayr, U., Burghart, D. R. (2007). Neural responses to taxation and voluntary giving reveal motives for charitable donations. In: *Science*, 316 (5831), pp. 1622–1625.
5. Popescu, M. (2023). *Mecanismele psihosociale ale adaptării la incertitudine socială în rândul adulților tineri (teză de doctorat)*, Universitatea Babeș-Bolyai.
6. United Nations High Commissioner for Refugees (UNHCR). (2025a). *Explainer: War in Ukraine – the Human Cost and Humanitarian Response*. <https://www.unhcr.org/us/news/stories/explainer-war-ukraine-human-cost-and-humanitarian-response>.
7. United Nations High Commissioner for Refugees (UNHCR). (2025b). *Ukraine Emergency*. <https://www.unhcr.org/us/emergencies/ukraine-emergency>.
8. Бек, А. Т. (2006). *Когнитивная терапия и эмоциональные расстройства*. Питер.
9. Бёргер, П., Лукман, Т. (1995). *Социальное конструирование реальности*. Медиум.
10. Выготский, Л. С. (2000). *Мышление и речь*. Лабиринт.

## ДЕКЛАРАЦИЯ ОБ ОРИГИНАЛЬНОСТИ СОДЕРЖАНИЯ РАБОТЫ НА СОИСКАНИЕ СТЕПЕНИ МАГИСТРА

### а) Декларация студента

Я, нижеподписавшийся (аяся), \_\_\_\_\_ выпускник(ца)  
Международного Независимого Университета Молдовы, факультета \_\_\_\_\_

Программа \_\_\_\_\_ выпуска \_\_\_\_\_,  
с полной ответственностью заявляю, что работа на соискание степени магистра под названием:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

выполненная под руководством г-на /г-жи \_\_\_\_\_,  
которая будет представлена мною к защите перед комиссией, является оригинальной и её авторство  
принадлежит мне в полном объёме.

Заявляю, что не присвоил другие работы на соискание степени лицензиата/ магистра, монографии,  
специальные работы, статьи и т.д., опубликованные на бумажном носителе или в интернете, а также  
другие источники, использованные при написании работы на соискание степени магистра  
упоминаемые в её содержании. Вариант работы, представленный на бумаге, идентичен электронному  
варианту, представленному на проверку посредством системы Антиплагиат.

Также заявляю, что согласен с тем, чтобы моя работа на соискание степени магистра была проверена  
любым законным способом (в том числе подвергнута контролю посредством введения в  
соответствующую базу данных) для подтверждения оригинальности.

Дата \_\_\_\_\_ Подпись студента \_\_\_\_\_

### б) Декларация научного руководителя

Я, нижеподписавшийся (аяся) \_\_\_\_\_,  
кафедра \_\_\_\_\_, в  
качестве научного руководителя работы на соискание степени магистра  
студента \_\_\_\_\_ на тему \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

заявляю, что представленная к защите работа соответствует по содержанию утвержденному плану,  
Вариант работы, представленный на бумаге, идентичен электронному варианту, представленному на  
проверку посредством системы Антиплагиат. Научный аппарат (ссылки, библиография и др.)  
соответствует Регламенту по написанию работы на соискание степени магистра.

Дата \_\_\_\_\_ Подпись руководителя \_\_\_\_\_

\* Декларация заполняется выпускником ручкой или авторучкой с синими чернилами и прилагается к работе на соискание степени  
магистра, как неотъемлемая часть.

## ОТЗЫВ НА МАГИСТЕРСКУЮ РАБОТУ

(название)

Разработана студентом/кой \_\_\_\_\_ (фамилия, имя)

Магистерская программа: \_\_\_\_\_

Факультет социальных и педагогических наук

Кафедра психологии и образовательных наук / Кафедра социальной работы и социологии  
«Николае Сали» (подчеркнуть)Научный руководитель: \_\_\_\_\_ (фамилия, имя, научно-  
дидактическое звание)**I. Графическое представление работы (компьютерная печать, макет, цитирование источников и ссылки):**

Оценка: \_\_\_\_\_

**II. Логическая структура работ - по главам, параграфам, с введением и выводами**

Оценка: \_\_\_\_\_

**III. Логическая и убедительная доктринальная поддержка, представленная в теоретической части работы**

Оценка: \_\_\_\_\_

**IV. Актуальность и географическое разнообразие источников**

Оценка: \_\_\_\_\_

**V. Инновационный характер результатов фактологического исследования, а также научная ценность работы**

Оценка: \_\_\_\_\_

**VI. Степень ответственности студента в разработке исследования, регулярность консультаций с наставником исследования.**

Оценка: \_\_\_\_\_

**Выводы по магистерской работе**Магистерская работа „\_\_\_\_\_” (название),  
разработанная студентом/кой \_\_\_\_\_ (фамилия, имя)  
(указывается уровень соответствия требованиям регламента)  
\_\_\_\_\_ и предложен для защиты перед Магистерской  
комиссией.

Дата: \_\_\_\_\_ 2026

Подпись руководителя \_\_\_\_\_

## ОТЗЫВ НА МАГИСТЕРСКУЮ РАБОТУ

(название)

Разработана студентом/кой \_\_\_\_\_ (фамилия, имя)

Магистерская программа: \_\_\_\_\_

Факультет социальных и педагогических наук

Кафедра психологии и образовательных наук / Кафедра социальной работы и социологии  
«Николае Сали»

Автор отзыва: \_\_\_\_\_ (фамилия, имя, научно-дидактическое звание)

**I. Графическое представление работы (компьютерная печать, макет, цитирование источников и ссылки):**

Оценка: \_\_\_\_\_

**II. Логическая структура работ - по главам, параграфам, с введением и выводами**

Оценка: \_\_\_\_\_

**III. Логическая и убедительная доктринальная поддержка, представленная в теоретической части работы**

Оценка: \_\_\_\_\_

**IV. Актуальность и географическое разнообразие источников**

Оценка: \_\_\_\_\_

**V. Инновационный характер результатов фактологического исследования, а также научная ценность работы**

Оценка: \_\_\_\_\_

**Выводы по магистерской работе**Магистерская работа „\_\_\_\_\_” (название),  
разработанная студентом/кой \_\_\_\_\_ (фамилия, имя)  
(указывается уровень соответствия требованиям регламента)  
\_\_\_\_\_ и предложен для защиты перед Магистерской  
комиссией.

Дата: \_\_\_\_\_ 2026

Подпись автора отзыва \_\_\_\_\_