МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им В.П. Астафьева»

 (КГПУ им В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования

Кафедра психологии

**Рабочая тетрадь по разделу «Общая психология»**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

44.03.01 Педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) образовательной программы

Физическая культура

Безопасность жизнедеятельности

 (направленность (профиль) образовательной программы)

Бакалавр

(квалификация (степень) выпускника)

Составитель: Какунина Е.В., старший преподаватель

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| Введение …………………………………………………………… | 4 |
| Тема 1. Предмет психологии, ее задачи и методы ……………… | 5 |
| Тема 2. Развитие психики и сознания ……………………………. | 8 |
| Тема 3. Чувственные формы освоения действительности ……… | 10 |
| Тема 4. Рациональные формы освоения действительности ……. | 15 |
| Тема 5. Потребности и мотивы. Психическая регуляция поведения. ………………………………………………………….. |  20 |
| Тема 6. Психология личности …………………………………….. | 30 |
| Тема 7. Межличностные отношения ……………………………... | 52 |
| Психологический кроссворд ……………………………………… | 66 |
| Тематика рефератов ……………………………………………….. | 69 |
| Примерные вопросы к зачету …………………………………….. | 71 |
| Рекомендуемая литература ……………………………………….. | 73 |
| Программное обеспечение и Интернет-ресурсы ……………….. | 74 |
| Приложения ………………………………………………………... | 75 |

**Введение**

Изучение дисциплин психологического цикла, которые начинаются с базового курса «Психология», в силу специфики самого предмета науки требует организации активной познавательной деятельности студентов. Рабочая тетрадь как форма организации учебной деятельности отвечает этим требованиям, позволяет обеспечивать связь теории психологии с практикой.

Рабочая тетрадь студента включает задания, учебные задачи, диагностические материалы по темам рабочей программы учебной дисциплины «Психология», направленные на усвоение методологических основ психологии, категориального аппарата общей психологии, закрепление и оперирование соответствующими знаниями.

Рабочая тетрадь содержит тематику рефератов по психологии, примерные вопросы к зачету, список рекомендуемой литературы и Интернет-ресурсов.

Данные материалы предназначены как для работы на семинарских и практических занятиях, так и для самостоятельной работы студентов.

**Тема 1. Предмет психологии, ее задачи и методы**

***Вопросы для подготовки к занятию***

1.Основные различия между научным и житейским психологическим знанием.

2. Виды наблюдения в психологии.

3. Эксперимент как метод научного исследования в психологии.

4.Этапы развития психологического знания.

5. Основные этапы формирования психологии как самостоятельной науки.

6. Бихевиоризм как психологическая школа.

7. Психоанализ как психологическая школа.

8. Гуманистическая психология как психологическая школа.

7. Тенденции развития современной психологии.

8. Связи психологии с другими областями научного знания.

9. Практическая психология в современной жизни.

Задание 1.1

Сравнительный анализ житейского и научного психологического знания. Заполните таблицу:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии сравнения | Житейская психология | Научная психология |
| Определение | Психологические знания, получены людьми из обыденной жизни | Устойчивые психологические знания, полученные в результате теоретического изучения психики людей и животных |
| По характеру |  |  |
| По охвату |  |  |
| По способам получения/ передачи знаний |  |  |
| По методам |  |  |

Задание 1.2.

Приведите примеры жизненных и профессиональных ситуаций, когда возникает необходимость в научных психологических знаниях. Какие знания по психологии могли бы здесь пригодиться?

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

Какие знания по психологии могут потребоваться в вашей будущей профессии?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Задание 1.3.

Составьте схемы:

б) «Классификация психических явлений».

а) «Методы исследования в психологии».

Задание 1.4.

Впишите названия отраслей психологии в схему.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ОТРАСЛИ ПСИХОЛОГИИ

**Тема 2.** **Развитие психики и сознания**

***Вопросы для подготовки к занятию***

1. Определите сущность понятия «психика».

2. Перечислите и охарактеризуйте основные этапы развития психики.

3.Определите содержание понятий «раздражимость», «чувствительность», «ощущение».

4. Поведение как форма приспособления к условиям внешней среды.

5. Перечислите познавательные процессы и кратко охарактеризуйте каждый из них.

6.Раскройте содержание понятия «бессознательное» и его роль в регуляции поведения человека.

7. Определите сущность понятия «сознание».

8. Раскройте содержание понятия «Я-концепция» и ее роль в регуляции поведения человека.

9. Перечислите и кратко охарактеризуйте основные функции психики.

10. Расскажите о происхождении сознания.

11. Раскройте сущность инстинктивного поведения.

12. Назовите основные стадии развития психики и поведения животных.

13. Назовите основные типы нервной системы и охарактеризуйте каждый из них.

14. Дайте понятие условных рефлексов как физиологической основы поведения животных.

15. Назовите отличительные характеристики интеллектуального поведения животных.

16. Раскройте содержание концепции Леонтьева-Фабри.

Задание 2.1.

Заполните таблицу «Развитие психики и поведения животных (по А.Н.Леонтьеву и К.Э. Фабри)»:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Стадии и уровни психики | Особенности поведения | Виды живых существ, находящихся на данном уровне развития |
| 1. Стадия сенсорной психики
 |
| А. Низший уровеньБ. Высший уровень |  |  |
| 2. Стадия перцептивной психики |
| А. Низший уровеньБ. Высший уровеньВ. Наивысший уровень |  |  |

Задание 2.2.

Какие понятия обозначают психические явления?

Слезы, нервный процесс, мышление, память, сон, смех, бег, информация, дыхание, воля, страх, любовь, вера, знания, ощущения, сердцебиение, инстинкт, биотоки мозга, анализатор, слух, ум, восприятие, настроение, интерес, боль, сочувствие, зависть, раздражение, чувствительность[[1]](#footnote-1). **Тема 3. Чувственные формы освоения действительности**

***Вопросы для подготовки к занятию***

1. Дайте определение ощущения как чувственной формы освоения действительности.

2. Перечислите основные характеристики ощущений.

3. Расскажите о строении анализатора.

5. Назовите основные классификации ощущений.

7. Расскажите о порогах ощущений и охарактеризуйте их виды.

8. Расскажите об основных закономерностях ощущений (сенсорная адаптация, сенсибилизация, синестезия, взаимодействие ощущений).

10. Перечислите основные пути и средства развития ощущений.

12. Дайте определение восприятия как чувственной формы освоения действительности, подчеркнув его специфику и взаимосвязь с другими познавательными процессами.

16. Назовите и охарактеризуйте основные свойства восприятия.

17. Расскажите об иллюзиях восприятия.

18. Назовите основные классификации форм восприятия.

19. Расскажите об индивидуальных различиях в восприятии.

20. Расскажите о роли представлений в регуляции поведения человека.

21. Дайте определение внимания как чувственной формы освоения действительности, подчеркнув его специфику и взаимосвязь с другими познавательными процессами.

23. Назовите и охарактеризуйте основные свойства внимания.

24. Расскажите об основных видах внимания.

27. Перечислите основные методы изучения внимания.

28.Перечислите основные пути и средства развития внимания.

**Ощущение** – это процесс отражения в сознании человека отдельных свойств и качеств предметов и явлений, непосредственно воздействующих на его органы чувств.

Задание 3.1.

Составьте схему «Виды ощущений»:

Средние значения абсолютных порогов ощущений разных органов чувств.

|  |  |
| --- | --- |
| Орган чувств | Величина абсолютного порога (возникает едва заметное ощущение) |
| Зрение | Способность воспринимать ясной темной ночью пламя свечи на расстоянии до 48 км от глаза |
| Слух | Способность различить тиканье ручных часов в полной тишине на расстоянии до 6 м |
| Вкус | Ощущение одной чайной ложки сахара в растворе, содержащем 8 л воды |
| Запах | Ощущение запаха одной капли духов в помещении из 6 комнат |
| Осязание | Ощущение движения воздуха при падении крыла мухи на поверхность кожи с высоты 1 см |

Приведем еще несколько примеров, насколько велика чувствительность анализаторов человека.

Адаптированный к темноте глаз отвечает примерно на 7 квантов света… Если бы глаз был еще более чувствителен, …постоянный свет казался бы прерывистым, и мы, без сомнения, могли бы видеть химические процессы в самом глазу.

Абсолютный порог для слуха настолько мал, что, если бы ухо было лишь немного чувствительнее, мы могли бы слышать случайные удары молекул по барабанной перепонке

Абсолютный порог обонятельной клетки для сильно пахучих веществ равен примерно 8 молекулам этого вещества. Вкусовые ощущения порождаются числом молекул в тысячи раз большим.

Задание 3.2.

Для описания общих закономерностей ощущений используются следующие понятия: синестезия, сенсибилизация, адаптация*,* порог чувствительности, последовательный образ и т.д. О каких закономерностях идет речь в приведенных примерах[[2]](#footnote-2)?

1. Встречаются случаи, когда при воздействии звуковых раздражителей у субъекта возникают зрительные образы. Способностью цветного слуха обладали, например, Н.А.Римский – Корсаков, А.Н. Скрябин и др.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

1. Попадая из полутемной комнаты в ярко освещенное пространство, мы бываем сначала ослеплены и не способны различать вокруг какие-либо детали. Только через некоторое время становится возможным нормально видеть. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

1. Глаз художника различает значительно меньшие изменения величины предмета, чем доступно нехудожникам.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

1. Зрительные, температурные, вкусовые, болевые ощущения не сразу исчезают после того, как перестает действовать раздражитель, а продолжаются некоторое время.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

1. По отношению к каждому органу чувств существует минимальная величина раздражителя, которая в данных условиях способна вызвать едва заметное ощущение.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**Восприятие** – это процесс отражения в сознании человека непосредственно воздействующих на его органы чувств предметов и явлений в целом.

Все, что воспринимает человек, он воспринимает как фигуру на фоне. Посмотрите внимательно на рисунки и прокомментируйте, что является фигурой, а что фоном.

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

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

Задания 3.3.

Заполните таблицу «Свойства восприятия».

|  |  |
| --- | --- |
| Свойство восприятия | Определение, пример проявления свойства |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Внимание** – это направленность и избирательность сознания, предполагающие повышение уровня сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности индивида.

Задание 3.4.

Охарактеризуйте виды внимания:

|  |  |
| --- | --- |
| Виды внимания | Характеристика, пример |
| непроизвольное |  |
| произвольное |  |
| послепроизвольное |  |

Задание 3.5.

Напишите свойства внимания: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К каким свойствам внимания предъявляются повышенные требования в учебной деятельности?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

в вашей будущей профессии?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**Тема 4. Рациональные формы освоения действительности**

***Вопросы для подготовки к занятию***

1. Дайте определение мышления как рациональной формы освоения действительности, подчеркнув его специфику и взаимосвязь с другими познавательными процессами.
2. Назовите основные характеристики мышления.
3. Расскажите о взаимосвязи мышления и речи.
4. Назовите особенности наглядно-образного мышления.
5. Назовите особенности наглядно-действенного мышления.
6. Назовите особенности понятийного мышления.
7. Назовите особенности словесно-логического мышления.
8. Перечислите и охарактеризуйте основные формы мышления (понятие, суждение, умозаключение).
9. Определите сущность понятия «интеллект».
10. Перечислите основные операции мышления (сравнение, анализ и синтез, абстракция и конкретизация, индукция и дедукция).
11. Перечислите основные пути и средства развития мышления.
12. Дайте определение памяти как рациональной формы освоения действительности, подчеркнув ее специфику и взаимосвязь с другими познавательными процессами.
13. Дайте характеристику основным видам памяти.
14. Назовите основные виды запоминания.
15. Перечислите основные приемы и способы произвольного запоминания.
16. Назовите и охарактеризуйте основные процессы памяти.
17. Расскажите об индивидуальных особенностях памяти.
18. Перечислите основные методы изучения памяти.
19. Перечислите основные пути и средства развития памяти.

**Память** – это процесс запечатления, сохранения, воспроизведения и забывания информации.

Известный психолог С.Л.Рубинштейн определяет значение памяти таким образом: «Без памяти мы были бы существами мгновения. Наше прошлое было бы мертво для будущего. Настоящее по мере его протекания безвозвратно исчезало бы в прошлом, не было бы психической жизни смыкающейся в единстве личного сознания, и невозможен был бы факт по существу непрерывного учения, проходящий через всю нашу жизнь и делающий нас тем, что мы есть».

Задание 4.1.

Заполните таблицу «Виды памяти»:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| По содержанию психической активности | По степени волевой регуляции | По продолжительности сохранения материала | По способам запоминания |
|  |  |  |  |

Закономерности памяти:

* Простые события в жизни человека, которые производят особенно сильное впечатление, могут запомниться сразу прочно и надолго;
* Более сложные и менее интересные события человек может переживать десятки раз, но в памяти они не запечатлеваются;
* Между точностью воспроизведения событий и уверенностью в этой точности не всегда существует однозначная связь;
* Повторение подряд заучиваемого материала менее продуктивно для его запоминания, чем повторение через определенные периоды времени;
* «Эффект края»;
* То, чем человек интересуется, запоминается безо всякого труда.

**Мышление** – процесс познавательной деятельности индивида, характеризуется обобщенным и опосредованным отражением действительности. Проявляется в способности выделять существенное, формировать понятия и решать мыслительные задачи.

Задание 4.2.

Составьте схему «Виды мышления»:

Задание 4.3.

**Методика «Исключение понятий»**

**Цель:** изучение операции обобщения.

Инструкция и ход выполнения: «Здесь в каждой строке написано пять слов, из которых четыре можно объединить в одну группу и дать ей название, а одно слово к этой группе не относится. Его нужно найти и исключить (вычеркнуть)».

1. Стол, стул, кровать, пол, шкаф.

2. Молоко, сливки, сало, сметана, сыр.

3. Ботинки, сапоги, шнурки, валенки, тапочки.

4. Молоток, клещи, пила, гвоздь, топор.

5. Сладкий, горячий, кислый, горький, соленый.

6. Береза, сосна, дерево, дуб, ель.

7. Самолет, телега, человек, корабль, велосипед.

8. Василий, Федор, Семен, Иванов, Петр.

9. Сантиметр, метр, килограмм, километр, миллиметр.

10. Токарь, учитель, врач, книга, космонавт.

11. Глубокий, высокий, светлый, низкий, мелкий.

12. Дом, мачта, машина, корова, дерево.

13. Скоро, быстро, постепенно, торопливо, поспешно.

14. Неудача, волнение, поражение, провал, крах.

15. Ненавидеть, презирать, негодовать, возмущаться, понимать.

16. Успех, неудача, удача, выигрыш, спокойствие.

17. Смелый, храбрый, решительный, злой, отважный.

18. Футбол, волейбол, хоккей, плавание, баскетбол.

19. Грабеж, кража, землетрясение, поджог, нападение.

20. Карандаш, ручка, рейсфедер, фломастер, чернила.

Задание 4.4.

**Методика «Анаграммы»**

**Цель:** изучение операции обобщения.

Инструкция: Здесь в каждой строке таблицы написано четыре анаграммы. Анаграмма - это слово, в котором буквы случайным образом поменялись местами. Обратите внимание, что иногда в случайном порядке буквы занимают свои прежние места, то есть слово может остаться неизменным.

 В каждой четвёрке анаграмм имеется одна лишняя. Дело в том, что три исходных слова объединены каким-то общим признаком, качеством. Вам следует найти лишнее слово и написать его. Обратите внимание, что его следует написать не в виде анаграммы, а в исходном, правильном виде.

Какое слово лишнее? Напишите слово, а не анаграмму

1) ИРТЕЮП ИКИБЛОТ ЯЕМЗЛ РЕВАЕН

2) ЕКОРСЛ ЬХАЛО АОВРКЬТ ОТЛС

3) САБРМ ЕЛЕЬНГД ШИНТКЕ ИДО

4) ТСТОЕР БНЕЕЗМ ГОДРИОК УРМИСП

5) УПРД СТЕКРО ВДРТКАА ЕТЕМГНС

6) ИКАИЗФ ЗСИМОДА ДЗИУМБД НИЗИДУМ

7) ЛДКЖОЛЕ УЛОЬБГ УГЬС ПАЦЯЛ

8) КЛСИИВ ЕКФРИ ИДА ОМКЛОО

9) ШДЕДРРЕ ЕЮЬМНТ ПРМЕЬ АЗКАЬН

10) ОУКБМЛ АЦЗРЕЬ РЬЕРТЕ ЛЕНИН

11) ЕЕСРЙКР АЦГБИУА АУШКП ВСОЮРБ

12) ГВААНА ДИМАНО КСА КЦАС

Обработка результатов

Сверьте ответы с ключом, приведенным в Приложении 1. За каждую верно угаданную анаграмму начисляется один балл. Таким образом, максимальное количество баллов по всему тесту составляет 12. Обратите внимание, что один балл начисляется только за верно приведенное слово, а не за его анаграмму.

Примерные нормативы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Низкий уровень | Средний уровень | Высокий уровень |
| 12 - 13 лет | 0 - 2 | 3 - 6 | 7 - 12 |
| 14 - 16 лет | 0 - 3 | 4 - 7 | 8 - 12 |
| 17+ лет | 0 - 4 | 5 - 8 | 9 - 12 |

**Тема 5. Потребности и мотивы. Психическая регуляция поведения.**

***Вопросы для подготовки к занятию***

1. Определите сущность понятия «потребность».
2. Перечислите основные классификации потребностей и их роль в жизни человека.
3. Охарактеризуйте основные свойства потребностей человека.
4. Определите сущность понятий «мотив» и «мотивация».
5. Назовите функции и виды мотивов.
6. Расскажите о формировании и развитии мотивов.
7. Перечислите основные теории мотивации в психологии (А.Н. Леонтьев, А. Маслоу и др.).
8. Расскажите об эмоциях и чувствах как формах душевной жизни человека.
9. Определите сущность понятий «воля» и «волевая регуляция».
10. Расскажите о развитии воли у человека.
11. Охарактеризуйте основные параметры произвольности поведения человека.
12. Расскажите о мотивационном конфликте и его преодолении как условии совершения волевого действия.

Задание 5.1.

Заполните схему «Пирамида потребностей по А. Маслоу»

Задание 5.2.

Составьте схему «Классификация эмоций»

**Мотивация –** динамический процесс внутреннего, психологического и физиологического управления поведением, включающий его инициацию, направление, организацию, поддержку.

 Внешняя мотивация - конструкт для описания детерминации поведения в тех ситуациях, когда факторы, которые его инициируют и регулируют, находятся вне Я личности или вне поведения. Достаточно инициирующему и регулирующим факторам стать внешними, как вся мотивация приобретает характер внешней.

Внутренняя мотивация - конструкт, описывающий такой тип детерминации поведения, когда инициирующие и регулирующие его факторы проистекают изнутри личностного Я и полностью находятся внутри самого поведения. Внутренне мотивированные деятельности не имеют поощрений, кроме самой активности. Люди вовлекаются в эту деятельность ради нее самой, а не для достижения каких-либо внешних наград. Такая деятельность является самоцелью, а не средством для достижения некой другой цели.

Понятие **локуса контроля,** в его современном понимании, было введено в психологию американским психологом Дж. Роттером. Говоря о локусе контроля личности, имеют в виду склонность человека видеть источник управления своей жизнь либо преимущественно во внешней среде, либо в самом себе. При внутренней мотивации личность имеет *внутренний локус контроля* или, другими словами, имеет представление о том, что причины, обусловливающие поведение, находятся *внутри* ее, и она предпринимает его по своей воле. При внешней мотивации личность характеризуется *внешним локусом контроля.* Она считает, что причины, детерминирующие ее поведение, находятся *вне* ее самой и являются *внешними* по отношению к ее Я.

Задание 5.3.

**Тест «Локус контроля»**

**Цель:** исследование уровня субъективного контроля (УСК).

**Инструкция**: Определите степень своего согласия или несогласия с утверждениями по 6-бальной шкале «-3, -2, -1, +1, +2, +3», в которой ответ «+3» означает «полностью согласен», «-3» - «совершенно не согласен» с данным пунктом.

Опросник

1. Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека.
2. Большинство разводов происходит от того, что люди не захотели приспособиться друг к другу.
3. Болезнь – дело случая; если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь.
4. Люди оказываются одинокими из-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим.
5. Осуществление моих желаний часто зависит от везения.
6. Бесполезно предпринимать усилия для того, чтобы завоевать симпатии других людей.
7. Внешние обстоятельства – родители и благосостояние – влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов,
8. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.
9. Как правило, руководство оказывается более эффективным, когда полностью контролирует действия подчиненных, а не полагается на их самостоятельность.
10. Мои отметки в школе часто зависели от случайных обстоятельств (например, настроения учителя), чем от моих собственных усилий.
11. Когда я строю планы, то я, в общем, верю, что смогу осуществить их.
12. То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий,
13. Думаю, что правильный образ жизни может больше помочь здоровью, чем врачи и лекарства.
14. Если люди не подходят друг к другу, то, как бы они ни старались, наладить семейную жизнь, они все равно не смогут.
15. То хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими.
16. Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители.
17. Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.
18. Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.
19. Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и степени подготовленности.
20. В семейных конфликтах я чаще чувствую вину за собой, чем за противоположной стороной.
21. Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств;
22. Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определять, как и что делать.
23. Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней.
24. Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успехов в своем деле.
25. В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.
26. Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся отношениях в семье,
27. Если я очень захочу, то смогу расположить к себе почти любого.
28. На подрастающее поколение влияет так много разных обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются бесполезными.
29. То, что со мной случится, это дело моих собственных рук.
30. Трудно бывает понять, почему руководители поступают так, а не иначе.
31. Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего не проявлял достаточно усилий,
32. Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, что я хочу.
33. В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще всего были виноваты другие люди, чем я сам.
34. Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно его одевать.
35. В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы разрешатся сами собой.
36. Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения.
37. Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни било, зависит счастье моей семьи.
38. Мне всегда было трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим.
39. Я всегда предпочитаю принимать решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу.
40. К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными, несмотря на все его старания.
41. В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.
42. Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только самих себя.
43. Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других людей.
44. Большинство неудач в моей жизни произошло от неумения, незнания или лени и мало зависело от везения или невезения.

**Подсчет баллов** осуществляется в соответствии с ключом (Приложение 2), пояснения по подсчету даются преподавателем.

**Интерпретация результатов.**

1. Шкала общей интернальности (Ио) - высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля испытуемого над любыми значимыми ситуациями. Они чувствуют свою ответственность за то, как складывается их жизнь. Низкий показатель по шкале соответствует низкому уровню субъективного контроля. Такие испытуемые считают, что большинство событий их жизни являются результатом случая или действия других людей.

1. Шкала интернальности в области достижений (Ид) - высокие показатели по этой шкале соответствуют высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Такие люди считают, что они сами добились всего, что было и есть в их жизни. Низкие показатели - свидетельствуют о том, что человек приписывает свои успехи и достижения обстоятельствам, везению, поступкам других людей.

3. Шкала интернальности в области неудач (Ин) - высокие показатели по этой шкале говорят о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неприятностях. Низкие показатели - испытуемые приписывают ответственность за подобные события другим людям или считать их результатом невезения.

4. Шкала интернальности в области семейных отношений (Ис) - высокие показатели Ис означают, что человек считает себя ответственным за события, происходящие в его семейной жизни. При низком значении Ис - партнеры являются причиной ситуаций, возникающих в его семье.

5. Шкала интернальности в области производственных отношений (Ип) – высокие показатели - человек считает свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности, в складывающихся отношениях в коллективе, в своем продвижении и т.д. Низкий Ип - испытуемый склонен придавать большее значение внешним обстоятельствам - руководству, товарищам по работе.

6. Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни (Из) – высокие показатели – испытуемый считает себя ответственным за свое здоровье. Низкие значения - болезнь – результат случая.

**Вывод:** Охарактеризуйте ваш уровень субъективного контроля по всем сферам жизни \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

Задание 5.4.

**«Мотивация успеха и боязнь неудачи» (МУН)**

 **опросник А.А. Реана[[3]](#footnote-3)**

**Цель:** оценка мотивации достижения

Инструкция: отвечая на нижеприведенные вопросы, необходимо выбрать ответ «да» или «нет». Если Вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» объединяет как явное «да», так и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет»: он объединяет явное «нет» и «скорее нет, чем да».

Отвечать на вопросы следует быстро, не задумываясь надолго. Ответ, который первый приходит в голову, как: правило, является и наиболее точным.

Опросник

1. Включаясь в работу, как правило, оптимистично надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативности.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь, по возможности, найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо занижено легкие задания, либо нереалистично высокие по трудности.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий, в условиях ограничения времени, результативность моей деятельности ухудшается.
10. Склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если я рискую, то скорее с умом, а не бесшабашно.
13. Я обычно не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, чем нереально высокие.
15. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания, его притягательность, как правило, снижается.
16. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих неудач.
17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
18. При работе в условиях ограничения времени результативность моей деятельности обычно улучшается, даже если задание достаточно трудное.
19. В случае неудачи при выполнении чего-либо, от поставленной цели, я, как правило, не отказываюсь.
20. Если задание выбрал себе сам, то в случае неудачи его притягательность еще более возрастает.

Ключ к опроснику, обработка результатов и критерии оценки представлены в Приложении 3.

Мотивация на успех относится к позитивной мотивации. При такой мотивации человек, начиная дело, имеет в виду достижение чего-то конструктивного, положительного. В основе активности человека лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Такие люди обычно уверены в себе, в своих силах, ответственны, инициативны и активны. Их отличает настойчивость в достижении цели, целеустремленность.

Мотивации на неудачу относится к негативной мотивации. При данном типе мотивации активность человека связана с потребностью избежать срыва, порицания, наказания, неудачи. Вообще в основе этой мотивации лежит идея избегания и идея негативных ожиданий. Начиная дело, человек уже заранее боится возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха.

Люди, мотивированные на неудачу, обычно отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах. Стараются избегать ответственных заданий, а при необходимости решения сверхответственных задач могут впадать в состояние близкое к паническому. По крайней мере, ситуативная тревожность у них в этих случаях становится чрезвычайно высокой. Все это, вместе с тем, может сочетаться с весьма ответственным отношением к делу.

**Тема 6. Психология личности**

***Вопросы для подготовки к занятию***

1. Определите сущность понятия «личность».
2. Назовите основные факторы, влияющие на развитие и формирование личности человека, и расскажите о них.
3. Перечислите и кратко охарактеризуйте основные направления в изучении личности в зарубежной психологии – психоаналитическое, гуманистическое, психосоциальное.
4. Перечислите основные концепции личности в отечественной психологической науке.
5. Расскажите о психологической структуре личности.
6. Дайте характеристику темперамента как индивидуально-психологической особенности личности.
7. Расскажите о характере и его месте в структуре личности.
8. Дайте характеристику способностей и расскажите об их формировании и развитии.
9. Расскажите о соотношении понятий «личность» и «индивидуальность».

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Задание 6.1.Какие из данных особенностей характеризуют человека как личность, а какие как индивида? Выпишите слова в две группы.Целеустремленность, музыкальность, упрямство, вспыльчивость, вдумчивость, моральная воспитанность, высокая эмоциональность, низкая адаптация к темноте, стабильность, ригидность, старательность, трудолюбие, цельность, плохая пространственная координация, приятный голос, черные глаза, познавательная активность, хороший слух, критичность ума, внимательность, прекрасная дикция, подвижность, средний рост, артистичность[[4]](#footnote-4).

|  |  |
| --- | --- |
| Личность | Индивид |
|  |  |

Темперамент – динамическая характеристика психической деятельности индивида.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4 Турусова О.В. Психология в вопросах, задачах и упражнениях. В 3 т. Т.1. – Самара: Изд-во ун-та. 1994. - С. 112.Важную роль в изучении темперамента сыграло учение И.П. Павлова о типах нервной деятельности. В основу классификации положены три критерия: сила, уравновешенность и лабильность коры головного мозга.Нервная системаСильнаяСлабаяУравновешеннаяНеуравновешеннаяПодвижнаяИнертная Схема 6.1. Соотношение свойств нервной системы и типов темперамента.С.Л. Рубинштейн: «Темперамент - не свойство нервной системы или нейроконституции как таковой; он динамический аспект личности, характеризующий динамику ее психической деятельности».Экстраверсия – обращенность сознания и внимания человека на то, что происходит вокруг него; выражается в повышенной общительности, открытости внутреннего мира, интересе к другим людям.Интроверсия – обращенность сознания и внимания человека к самому себе; поглощенность собственными проблемами и переживаниями, сопровождаемая ослаблением внимания к тому, что происходит вокруг.Задание 6.2.Охарактеризуйте по типам темперамента персонажей изображенных на рисунке 6.1. Обоснуйте свой ответ.1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Рис. 6.1.Типы темперамента: реакция людей с различными типами темперамента на смятую шляпу.Задание 6.3.Из перечисленных качеств выпишите те, которые характеризуют сангвиника, флегматика, холерика и меланхолика (заполните таблицу)[[5]](#footnote-5):Бодрое, повышенное настроение, быстрая приспособляемость к новой обстановке, медленное усвоение и перестройка навыков, неуверенность в себе, повышенная эмоциональная возбудимость, выдержанность, однообразие мимики, энергичность, подвижность, подавленность и растерянность при неудачах, быстрое возникновение и смена чувств и эмоциональных состояний, малая активность, терпеливость, невыразительность речи, ровное, спокойное настроение, возбужденное состояние, сосредоточенность внимания.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Сангвиник | Флегматик | Холерик | Меланхолик |
|  |  |  |  |

 |  |
|  |  |

Задание 6.4.

**Тест-опросник Г. Айзенка**

**Цель:** оценка свойств темперамента.

Инструкция: ответьте «да» или «нет» на следующие вопросы.

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому чтобы встряхнуться, испытать возбуждение?

2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые вас понимают, могут одобрить или утешить?

3. Считаете ли вы себя безобидным человеком?

4. Очень ли трудно вам отказаться от своих намерений?

5. Вы обдумываете свои дела не спеша, предпочитаете подождать прежде чем действовать?

6. Всегда ли сдерживаете свои обещания, не считаясь с тем, что вам это невыгодно?

7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?

8. Вообще вы действуете и говорите быстро, не задерживаясь для обдумывания?

9. Возникало ли у вас чувство, что вы несчастный человек, хотя серьезной причины для этого не было?

10. Верно ли, что вы почти на все могли бы решиться, если дело пошло на спор?

11. Вы смущаетесь, когда хотите завязать разговор с незнакомым человеком?

12. Бывает ли, что разозлившись вы выходите из себя?

13. Часто ли бывает, что вы действуете под влиянием минуты?

14. Часто ли вас терзают мысли о том, что чего-либо не следовало делать или говорить?

15. Предпочитаете ли вы книги встречам с другими людьми?

16. Верно ли, что вас довольно легко задеть?

17. Вы любите часто бывать в компании?

18. Бывают ли у вас мысли, о которых неудобно рассказывать другим?

19. Верно ли, что вы иногда полны энергии так, что все горит в руках, а иногда вялые?

20. Предпочитаете ли иметь поменьше приятелей, но зато особенно близких?

21. Вы много мечтаете?

22. Когда на вас кричат, отвечаете тем же?

23. Часто ли вас терзает чувство вины?

24. Все ли ваши привычки хороши и желательны?

25. Способны ли вы дать волю чувствам и во всю повеселиться в шумной компании?

26. Можно ли сказать, что нервы бывают вас часто натянуты до предела?

27. Вы слывете за человека веселого и живого?

28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему, думая, что могли бы сделать лучше?

29. Вы обычно чувствуете себя спокойным, когда находитесь в компании?

30. Бывает ли, что вы передаете слухи?

31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут вам в голову?

32. Если хотите узнать о чем-нибудь, то скорее предпочтете прочитать в книге, чем спросить у друзей?

33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?

34. Нравится ли вам работа, требующая пристального внимания?

35. Бывают ли у вас приступы дрожи?

36. Если бы вы знали, что никогда сказанное вами не будет раскрыто, всегда бы высказывались в духе общепринятого?

37. Вам неприятно бывать в компании, где подшучивают друг над другом?

38. Вы раздражительны?

39. Вам нравится работа, которая требует быстроты действия?

40. Верно ли, что вам нередко не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все закончилось благополучно?

41. Вы медлительны и неторопливы в движениях?

42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидания или на работу?

43. Часто ли вам снятся кошмары?

44. Вы любите поговорить настолько, что никогда не упустите удобный случай с незнакомым человеком?

45. Беспокоят ли вас какие-либо боли?

46. Вы чувствовали бы себя несчастным, если долго не смогли бы видеться со своими знакомыми, друзьями?

47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?

48. Среди людей, которых вы знаете, есть ли такие, которые вам явно не нравятся?

49. Можете ли вы сказать, что вы уверенный в себе человек?

50. Обидитесь ли вы, если покритиковать недостатки ваши и вашей работы?

51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?

52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?

53. Вам трудно внести оживление в скучную компанию?

54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?

55. Вы беспокоитесь о своем здоровье?

 56. Вы любите подшучивать над другими?

57. Страдаете ли вы от бессонницы?

**Ключ и обработка результатов представлены в Приложении 4.**

**Меланхолик** (слабость процессов возбуждения и торможения) - легко расстраивается, тревожный, склонен рассуждать по делу и не по делу, пессимистичный, довольно сдержанный, необщительный, в поведении тихий, болезненно реагирует на высказывания окружающих, касающиеся его, легко впадает в состояние тоски, страха, грусти. Довольно мнителен, новая обстановка его пугает и он теряется, жизнь рассматривает в черных тонах.

**Холерик** (преобладание процесса возбуждения над торможением) - сильный, неуровновешанный, подвижный, безудержный, чувствительный, беспокойный, довольно агрессивный, возбудимый, непостоянный, настроен оптимистично, пытается взять инициативу в свои руки, активный, боевой тип, легко и быстро раздражается, наблюдается цикличность поведения и переживаний. Строит грандиозные планы. Воля порывистая, часто раздражается, несдержан в словах и действиях, вспыльчив и прямолинеен.

**Флегматик** (преобладание торможения) - пассивный, осмотрительный, рассудительный, доброжелательный, миролюбивый, хорошо управляемый, внушающий доверие, надежный и спокойный. Высокая работоспособность, терпение, при общении всегда равен с другими людьми, отличается терпимостью к их слабостям, не любит праздной/пустой болтовни, его трудно рассмешить и разгневать, внешне он кажется спокойным даже при очень серьезных неприятностях и проблемах, чувства внешне практически не выражает.

**Сангвиник** (подвижность процессов и возбуждения и торможения) - общительный, контактный, коммуникабельный, разговорчивый, непринужденный в поведении, жизнерадостный, не склонен к беспокойству, стремится занять доминирующую позицию. Высокая приспособляемость к условиям среды, говорит быстро, движения быстры, может хорошо переключать внимание с одного объекта на другой, хорошо управляет своим настроением, оптимистичен, внутреннее душевное состояние написано на его лице.

Вывод: Характеристика вашего типа темперамента.

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

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

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

Задание 6. 4.

**Психологический «паспорт» темперамента**

**Цель:** изучение свойств темперамента.

Инструкция: Заполните психологический «паспорт» темперамента, отвечая, как вы ведете себя обычно, а не в крайних случаях. Для этого отметьте знаком «+» те качества в «паспорте» темперамента, на которые вы отвечаете положительно.

|  |
| --- |
|  ХОЛЕРИК:  |
| неусидчив, суетлив  |
| невыдержан, вспыльчив  |
| резок, прямолинеен в отношениях с людьми  |
| решителен и инициативен  |
| упрям  |
| находчив в споре  |
| работаешь руками  |
| склонен к риску  |
| нетерпелив  |
| незлопамятен и необидчив  |
| обладаешь быстрой, страстной, со сбивчивой интонацией речью  |
| неуравновешен  |
| агрессивный забияка  |
| нетерпим к недостаткам  |
| обладаешь выразительной мимикой  |
| способен быстро действовать и решать  |
| неустанно стремишься к новому  |
| обладаешь резкими порывистыми движениями  |
| настойчив в достижении поставленной цели  |
| склонен к резким сменам настроения  |

|  |
| --- |
| САНГВИНИК: |
| весел и жизнерадостен  |
| энергичен и деловит  |
| часто не доводишь начатое дело до конца  |
| склонен переоценивать себя  |
| способен быстро схватывать новое  |
| неустойчивы в интересах и отношениях  |
| легко переживаете неудачи и неприятности  |
| легко приспосабливаешься к разным обстоятельствам  |
| с увлечением берешься за новое дело  |
| быстро остываешь, если дело более не интересует  |
| быстро включаешься в работу  |
| тяготишься однообразием, кропотливой работой  |
| общителен и отзывчив, нет скованности с новыми для тебя людьми  |
| вынослив и работоспособен  |
| обладаешь громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живой мимикой и жестами  |
| сохраняешь самообладание с сложной неожиданной обстановке  |
| всегда бодрое настроение  |
| быстро засыпаешь и пробуждаешься  |
| часто не собран, проявляешь поспешность в решениях  |
| склонен отвлекаться  |

|  |
| --- |
| ФЛЕГМАТИК:  |
| спокоен и хладнокровен  |
| последователен и обстоятелен в делах  |
| умеешь ждать  |
| осторожен и рассудителен  |
| молчалив и не любишь попусту болтать  |
| речь спокойна и равномерна, с остановками, без ярких эмоций, жестикуляции и мимики  |
| сдержан и терпелив  |
| доводишь начатое дело до конца  |
| не растрачиваешь попусту сил  |
| строго придерживаешься выработанного распорядка жизни  |
| легко сдерживаешь порывы  |
| мало восприимчив к одобрению и порицанию  |
| незлобив, проявляешь снисходительное отношение к колкостям в свой адрес  |
| постоянен в своих отношениях и интересах  |
| медленно включаешься в работу, медленно переключаешься с одного дела на другое  |
| ровен в отношениях со всеми  |
| любишь порядок и аккуратность  |
| с трудом приспосабливаешься к новой обстановке  |
| обладаешь выдержкой  |

|  |
| --- |
| МЕЛАНХОЛИК: |
| стеснителен и застенчив  |
| теряешься в новой обстановке  |
| затрудняешься установить контакт с незнакомыми людьми  |
| не веришь в свои силы  |
| легко переносишь одиночество  |
| чувствуешь подавленность и растерянность при неудачах  |
| склонен уходить в себя  |
| быстро утомляешься  |
| речь слабая, тихая, иногда снижается до шепота  |
| невольно приспосабливаешься к характеру собеседника  |
| чрезвычайно восприимчив к одобрению и критике  |
| предъявляешь высокие требования к себе и окружающим  |
| склонен к подозрительности, мнительности  |
| болезненно чувствителен и легко раним  |
| чрезмерно обидчив  |
| скрытен и необщителен, не делишься с другими своими мыслями  |
| малоактивен и робок  |
| безропотно покорен  |
| стремишься вызвать сочувствие и помощь у окружающих  |
| впечатлителен до слезливости, тебя легко можно расстроить  |

Обработка теста представлена в Приложении 5.

 ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ТИПОВ.

 ХОЛЕРИК. Это чувствительный, но беспокойный человек. Несколько агрессивный. Часто меняет настроение. Непостоянен в чувствах и отношениях. Зачастую действует порывисто и импульсивно. Активен, беспечен, вспыльчив. Оптимист по жизни.

САНГВИНИК. Жизнерадостный и общительный. Легко идет на контакт, заводит разговор. В компании чувствует себя непринужденно. Не склонен к беспокойству (но не беспечен как холерик). Часто стремиться к лидерству.

ФЛЕГМАТИК. Это осмотрительный и рассудительный тип личности. Миролюбивый. Такой человек внушает доверие. Надежный и ровный в отношениях, но управляемый. Практически всегда уравновешенный.

МЕЛАНХОЛИК. Тревожная и легко расстраиваемая личность. Пессимистичен. Держится настороженно. Несколько подавлен. Тихий, ранимый. Склонен к рассуждениям. Часто одержимый какой-либо тайной.

Задание 6. 5.

**Психогеометрический тест**

**Цель:** оценка личности.

Инструкция: Взгляните на следующие фигуры:

Выберите из них ту, в отношении которой можете сказать: "Это — я!" Постарайтесь почувствовать свою форму. Если вы испытываете сильное затруднение, выберите из фигур ту, которая первой привлекла вас.

Запишите ее название под номером 1.

Теперь проранжируйте оставшиеся четыре фигуры в порядке вашего предпочтения (запишите их названия под соответствующими номерами).

Итак, самый трудный этап закончен.

Какую бы фигуру вы ни поместили на первое место —это ваша основная фигура, или субъективная форма. Она дает возможность определить ваши главные, доминирующие черты характера и особенности поведения.

Остальные четыре фигуры — это своеобразные модуляторы, которые могут окрашивать ведущую мелодию вашего поведения.

Последняя фигура указывает на форму человека, взаимодействие с которой будет представлять для вас наибольшие трудности.

Однако может оказаться, что ни одна фигура вам полностью не подходит. Тогда вас можно описать комбинацией из двух или даже трех форм.

Краткие психологические характеристики соответствующих форм личности

КВАДРАТ

Если вашей основной фигурой оказался квадрат, то вы — неутомимый труженик. Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы, — вот основные качества истинных Квадратов. Выносливость, терпение и методичность обычно делают Квадрата высококлассным специалистом в своей области. Этому способствует и неутолимая потребность в информации. Все сведения, которыми они располагают, систематизированы и разложены по полочкам. Квадрат способен выдать необходимую информацию моментально. Поэтому Квадраты заслуженно слывут эрудитами, по крайней мере, в своей области.

Если вы выбрали для себя квадрат — фигуру линейную, то, вероятнее всего, вы относитесь к «левополушарным» мыслителям, т. е. к тем, кто перерабатывает данные в последовательном формате: а-б-в-г... Они скорее «вычисляют результат», чем догадываются о нем. Они чрезвычайно внимательны к деталям, подробностям, любят раз и навсегда заведенный порядок. Их идеал — распланированная, предсказуемая жизнь, и им не по душе изменение привычного хода событий. Они постоянно «упорядочивают», организуют людей и вещи вокруг себя.

Все эти качества способствуют тому, что Квадраты могут стать хорошими специалистами — техниками, отличными администраторами, но редко бывают хорошими менеджерами. Чрезмерное пристрастие к деталям, потребность в уточняющей информации для принятия решений лишает Квадрата оперативности. Аккуратность, соблюдение правил и т. п. могут развиться до парализующей крайности. Кроме того, рациональность, эмоциональная сухость, консерватизм в оценках мешают Квадратам быстро устанавливать контакты с разными лицами. Квадраты неэффективно действуют в аморфной ситуации.

ТРЕУГОЛЬНИК

Эта форма символизирует лидерство, и многие Треугольники ощущают в этом свое предназначение. Самая характерная особенность истинного Треугольника — способность концентрироваться на главной цели. Они — энергичные, сильные личности. В тесте Люшера они часто предпочитают зеленый цвет и рисуют елку, когда их просят нарисовать дерево. Треугольники, как и их родственники Квадраты, относятся к линейным формам и в тенденции также являются «левополушарными» мыслителями, способными глубоко и быстро анализировать ситуации. Однако в противоположность Квадратам, ориентированным на детали, Треугольники сосредоточиваются на главном, на сути проблемы. Их сильная прагматическая ориентация направляет мыслительный анализ и ограничивает его поиском эффективного в данных условиях решения проблемы.

Треугольник — это очень уверенный человек, который хочет быть правым во всем! Потребность быть правым и потребность управлять положением дел, решать не только за себя, но и, по возможности, за других делает Треугольника личностью, постоянно соперничающей, конкурирующей с другими. Треугольники с большим трудом признают свои ошибки! Можно сказать, что они видят то, что хотят видеть, не любят менять свои решения, часто бывают категоричны, не признают возражений. К счастью (для них и окружающих), Треугольники быстро и успешно учатся (впитывают полезную информацию как губка), правда, только тому, что соответствует их прагматической ориентации, способствует (с их точки зрения) достижению главной цели.

Треугольники честолюбивы. Если делом чести для Квадрата является достижение высшего качества выполняемой работы, то Треугольник стремится достичь высокого положения, приобрести высокий статус, иначе говоря — сделать карьеру. Из Треугольников получаются отличные менеджеры. Главное отрицательное качество Треугольников: сильный эгоцентризм, направленность на себя. На пути к вершинам власти они не проявляют особой щепетильности в отношении моральных норм. Треугольники заставляют все и всех вращаться вокруг себя... Может быть, без них жизнь потеряла бы свою остроту.

ПРЯМОУГОЛЬНИК

Эта фигура символизирует состояние перехода и изменения. Это временная форма личности, которую могут «носить» остальные четыре сравнительно устойчивые фигуры в определенные периоды жизни. Это люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, и поэтому занятые поисками лучшего положения. Причины «прямоугольного» состояния могут быть самыми различными, но объединяет их одно — значимость изменений для определенного человека.

Основным психическим состоянием Прямоугольников является более или менее осознаваемое состояние замешательства, запутанность в проблемах и неопределенность в отношении себя на данный момент времени. Наиболее характерные черты — непоследовательность и непредсказуемость поступков в течение переходного периода. Они имеют, как правило, низкую самооценку. Стремятся стать лучше в чем-то, ищут новые методы работы, стили жизни. Быстрые, крутые и непредсказуемые изменения в поведении Прямоугольника обычно смущают и настораживают других людей, и они сознательно могут уклоняться от контактов с «человеком без стержня».

Прямоугольникам же общение с другими людьми просто необходимо, и в этом заключается еще одна сложность переходного периода. Однако у Прямоугольника обнаруживаются и позитивные качества, привлекающие к нему окружающих: любознательность, пытливость, живой интерес ко всему происходящему и... смелость! В данный период они открыты для новых идей, ценностей, способов мышления и жизни, легко усваивают все новое. Правда, оборотной стороной этого является чрезмерная доверчивость, внушаемость. Поэтому Прямоугольниками легко манипулировать. «Прямоугольность» — всего лишь стадия. Она пройдет!

КРУГ

Круг — это мифологический символ гармонии. Тот, кто уверенно выбирает его, искренне заинтересован прежде всего в хороших межличностных отношениях. Высшая ценность для Круга — люди. Круг — самая доброжелательная из пяти форм. Он чаще всего служит тем «клеем», который скрепляет и рабочий коллектив, и семью, т. е. стабилизирует группу. Круги — лучшие коммуникаторы прежде всего потому, что они лучшие слушатели. Они обладают высокой чувствительностью, развитой эмпатией — способностью сопереживать. Круги великолепно «читают» людей и в одну минуту способны распознать притворщика, обманщика.

Круги «болеют» за свой коллектив и популярны среди коллег по работе. Однако они, как правило, слабые менеджеры и руководители в сфере бизнеса. Во-первых, Круги направлены скорее на людей, чем на дело. Пытаясь сохранить мир, они иногда избегают занимать «твердую» позицию и принимать непопулярные решения. Для Круга нет ничего более тяжкого, чем вступать в межличностный конфликт. Они любой ценой стремятся его избежать. Иногда — в ущерб делу. Во-вторых, Круги вообще не отличаются решительностью, часто не могут подать себя должным образом. Треугольники, как правило, легко берут над ними верх. Однако Круги не слишком беспокоятся, в чьих руках находятся власть. В одном Круги проявляют завидную твердость — если дело касается вопросов морали или нарушения справедливости.

Круг — нелинейная форма, и те, кто уверенно идентифицирует себя с кругом, скорее относятся к «правополушарным» мыслителям.

«Правополушарное» мышление — более образное, интуитивное, эмоционально окрашенное, скорее интегративное, чем анализирующее. Поэтому переработка информации у Кругов осуществляется не в последовательном формате, а скорее мозаично, прорывами с пропусками отдельных звеньев. Это не означает, что Круги не в ладах с логикой. Просто формализм у них не получает приоритета в решении жизненных проблем. Главные черты в их мышлении — ориентация на субъективные факторы проблемы (ценности, оценки, чувства и т.д.) и стремление найти общее даже в противоположных точках зрения.

Можно сказать, что Круг — прирожденный психолог. Однако часто он слабый организатор — ему не хватает «левополушарных» навыков своих «линейных братьев» — Треугольника и Квадрата.

ЗИГЗАГ

Эта фигура символизирует креативность, творчество, хотя бы потому, что она самая уникальная из пяти фигур и единственная разомкнутая фигура. Если вы твердо выбрали зигзаг в качестве основной формы, то вы скорее всего истинный «правополушарный» мыслитель, инакомыслящий.

Вам, как и вашему ближайшему родственнику Кругу, только еще в большей степени, свойственны образность, интуитивность, интегративность, мозаичность. Строгая, последовательная дедукция — это не ваш стиль. Мысль Зигзага делает отчаянные прыжки от «а» к «я», поэтому многим «левополушарным» трудно понять Зигзагов.

«Правополушарное» мышление не фиксируется на деталях, поэтому оно, упрощая в чем-то картину мира, позволяет строить целостные, гармоничные концепции и образы, видеть красоту. Зигзаги обычно имеют развитое эстетическое чувство.

Доминирующим стилем мышления Зигзага чаще всего является синтетический стиль. В отличие от Кругов, Зигзаги вовсе не заинтересованы в консенсусе и добиваются синтеза не путем уступок, а наоборот — заострением конфликта идей и построением новой концепции, в которой этот конфликт получает свое разрешение, «снимается». Причем, используя свое природное остроумие, они могут быть весьма язвительными, «открывая глаза» другим.

Зигзаги просто не могут трудиться в хорошо структурированных ситуациях. Их раздражают четкие вертикальные и горизонтальные связи, строго фиксированные обязанности и постоянные способы работы. В работе им требуется независимость от других и высокий уровень стимуляции на рабочем месте. Тогда Зигзаг «оживает» и начинает выполнять свое основное назначение — генерировать новые идеи и методы работы.

Зигзаги — идеалисты, отсюда берут начало такие их черты, как непрактичность, наивность.

Зигзаг — самый возбудимый из пяти фигур. Они несдержанны, очень экспрессивны, что, наряду с их эксцентричностью, часто мешает им проводить свои идеи в жизнь. К тому же они не сильны в проработке конкретных деталей и не слишком настойчивы в доведении дела до конца (так как с утратой новизны теряется и интерес к идее).

Задание 6.6.

Составьте схему «Классификация способностей»

Задание 6.7.

Распределите приведенные понятия по трем группам: свойства темперамента, свойства характера и способности[[6]](#footnote-6).

Услужливый, медлительный, инициативный, честный, эгоистичный, живой, энергичный, чуткий, возбудимый, самоуверенный, осторожный, предприимчивый, хороший организатор, доброжелательный, небрежный, с чувством юмора, последовательный, недотёпа, с золотыми руками, краснобай, с горячим сердцем, находчивый, неряшливый, ленивый, необузданный, ловкий, решительный, непоседа, спокойный, глупый, суетливый, послушный, красноречивый, пылкий, отходчивый, умный, деловой, черствый, горячий, трудолюбивый, остроумный, смелый, справедливый, нежный, вспыльчивый.

Заполните таблицу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| свойства темперамента | свойства характера | способности |
|  |  |  |

**Тема 7.** **Межличностные отношения**

***Вопросы для подготовки к занятию***

1. Межличностные отношения как форма проявления общественных отношений.
2. Функции, средства и структура общения.
3. Интимные межличностные отношения и их роль в жизни человека.
4. Психология малой группы.
5. Лидерство в малой группе и его характеристики.
6. Психология конфликтов в малой группе.

**Стили взаимодействия. Типология Курта Левина.**

**Авторитарному** стилю присущи единоличный способ принятия решений, жесткий и строгий контроль за выполнением заданий, предпочтение репрессивных методов воздействия на исполнителей.

**Демократический** стиль, напротив, характеризуется признанием необходимости коллегиальных способов принятия решения. В этом случае в порядке вещей – регулярное обсуждение рабочих проблем, учет мнений и инициатив исполнителей, распределение работы в условиях полной открытости и информированности. Демократический стиль взаимодействия подразумевает умеренный контроль за выполнением заданий (ставка на самоконтроль исполнителей), предпочтение поощрительным средствам воздействия.

**Нейтральный** стиль означает предоставление возможности делам идти своим чередом, самотеком. Уклонение от принятия важных решений сопровождается при этом отсутствием четкости в распределении заданий, прав и обязанностей исполнителей, незначительным контролем, использованием коллективного способа принятия решения для ухода от ответственности.

Позднее термин нейтральный был заменен на либеральный. Кроме того, нередко те же самые стили стали обозначаться как «директивный», «коллегиальный», «попустительский». Некоторые авторы выделяют еще «деловой» стиль взаимодействия, характеризующийся сочетание черт «директивного» и «коллегиального».

Задание 7.1.

**Опросник КОС[[7]](#footnote-7)**

**Цель:** оценка коммуникативных и организаторских склонностей (КОС).

Инструкция: выразите свое мнение по каждому вопросу. Если ваш ответ на вопрос положительный (вы согласны), то в соответствующей клетки листа ответов поставьте плюс, если же ваш ответ отрицателен (вы не согласны) – поставьте минус. Вопросы носят общий характер и не могут содержать всех необходимых подробностей. Поэтому представляйте типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями.

Опросник

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего мнения?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненное вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
6. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо занятиями, чем с людьми?
8. Если возникли какие-либо помехи в осуществлении ваши намерений, то легко ли вы отступаете от них?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вы включаетесь в новую для вас компанию?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы добиваться, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удается закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявлять инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли вы, что вам не составит особого труда внести оживление в малознакомую вам компанию?
30. Принимали ли вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно сразу не было принято вашими товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую компанию?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?
39. Часто ли вы смущаетесь при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

**Лист ответов**

Ф.И.О. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | 32 |
| 33 | 34 | 35 | 36 |
| 37 | 38 | 39 | 40 |

При обработке результатов ответы сопоставляются с дешифратором и подсчитывают количество совпадений отдельно по коммуникативным и организаторским склонностям. Вычисляют коэффициент коммуникативных (Кк) и организаторских (Ко) склонностей как отношения количества совпадающих ответов по коммуникативным склонностям (Кх) и организаторским склонностям (Ох) к максимально возможному числу совпадений (20), по формулам: Кк= Кх/20 и Ко= Ох/20.

Дешифратор и Шкала оценок коммуникативных и организаторских склонностей помещены в Приложении 6.

При анализе результатов необходимо учитывать следующие параметры.

Оценка 1 - низкий уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей.

Оценка 2 - коммуникативные и организаторские склонности на уровне ниже среднего. Такие люди не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды, проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Оценка 3 - средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Такие люди стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью.

Оценка 4 - высокий уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Такие люди не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Все это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

Оценка 5 - очень высокий уровень проявления коммуникативности и организаторских склонностей. Такие люди испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней, быстро ориентируются в трудных ситуация, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами, могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать всякие мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.

# Задание 7.2.

# Оценка уровня общительности (тест В.Ф. Ряховского)

# Инструкция: Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «нет», «иногда».

# Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?

# Вызывает ли у Вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?

# Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?

# Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?

# Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?

# Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?

# Верите ли Вы, что существует проблема "отцов и детей" и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?

# Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?

# В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?

# Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?

# Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?

# Боитесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

# У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так?

# Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в разговор?

# Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?

# Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

# Оценка ответов:

# «да» – 2 балла, «иногда» – 1 балл, «нет» – 0 баллов.

# Полученные баллы суммируются.

# 30-31 балл. Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как больше всего страдаете от этого Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

# 25-29 баллов. Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают Вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в Вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

# 19-24 балла. Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В Ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

# 14-18 баллов. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у Вас раздражение.

# 9-13 баллов. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего Вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.

# 4-8 баллов. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у Вас мигрень или даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

# 3 балла и менее. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно некомпетентны. Вольно или невольно Вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в Вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для Вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с Вами. Да, Вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно.

# Задание 7.3.

# Тест описания поведения личности в конфликтной ситуации

#  К. Томаса.

**Цель**: диагностика доминирующей стратегии поведения в конфликтной ситуации.

Инструкция. Перед Вами ряд утверждений, которые помогут опре­делить некоторые особенности Вашего поведения. Здесь не может быть ответов правильных или ошибочных. Люди различны, и каждый можно высказать свое мнение.

Имеются два варианта (А и В), из которых Вы должны выбрать один, в большей степени соответствующий Вашим взглядам, Вашему мнению себе. В строке для ответов (А и В) поставьте отчетливый крестик соответственно номеру вопроса и одному из вариантов. Отвечать надо как можно быстрее.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | В О П Р О С | А | В |
|  | А. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.В. Чем обсуждать, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны. |  |  |
|  | А. Я стараюсь найти компромиссное решение.В. Я пытаюсь уладить дело с учетом интересов другого и моих собственных. |  |  |
|  | А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.В. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения. |  |  |
|  | А. Я стараюсь найти компромиссное решение.В. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради ин­тересов другого человека. |  |  |
|  | А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти под­держку у другого.В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности. |  |  |
|  | А. Я пытаюсь избежать неприятностей для себя. В. Я стараюсь добиться своего. |  |  |
|  | А. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.В. Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого. |  |  |
|  | А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.В. Я первым делом стараюсь ясно определить, в чем состоят все затронутые интересы. |  |  |
|  | А. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих разногласий.В. Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего. |  |  |
|  | А. Я твердо стремлюсь достичь своего.В. Я пытаюсь найти компромиссное решение. |  |  |
|  | А. Первым делом я стараюсь ясно определить, в чем состоят все затронутые вопросы.В. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом; сохранить наши отношения. |  |  |
|  | А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мне­нии, если он тоже идет мне навстречу. |  |  |
|  | А. Я предлагаю среднюю позицию.В. Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему |  |  |
|  | А. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.В. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов. |  |  |
|  | А. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.В. Я стараюсь сделать так, чтобы избежать напряженности. |  |  |
|  | А. Я стараюсь не задеть чувств другого.В. Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции. |  |  |
|  | А. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напря­женности. |  |  |
|  | А. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мне­нии, если он также идет мне навстречу. |  |  |
|  | А. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые вопросы и интересы.В. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно. |  |  |
|  | А. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.В. Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для обеих сторон. |  |  |
|  | А. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.В. Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблем и их со­вместному решению. |  |  |
|  | А. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека. В. Я отстаиваю свои желания. |  |  |
|  | А. Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.В. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя от­ветственность за решение спорного вопроса. |  |  |
|  | А. Если позиция другого кажется мне очень важной, я постара­юсь пойти навстречу его желаниям.В. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу |  |  |
|  | А. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.В. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого. |  |  |
|  | А. Я предлагаю среднюю позицию.В. Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желание каждого из нас. |  |  |
|  | А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.В. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем. |  |  |
|  | А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.В. Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого. |  |  |
|  | А. Я предлагаю среднюю позицию.В. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих разногласий. |  |  |
|  | А. Я стараюсь не задеть чувств другого.В. Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе; при ко­торой мы совместно с другим человеком можем добиться успеха. |  |  |

В «ключе» каждый ответ А или В дает представление о количественном выражении: соперничества, сотрудничества, компромисса, избегания и приспособления.

Ключ к тесту помещен в Приложении 7.

#  Сделайте вывод о том, какой стиль у вас преобладает в конфликтной ситуации в большей или меньшей степени:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**Психологический кроссворд**

**Итоговое задание по курсу «Психология»**

# Решите психологический кроссворд

**По горизонтали**

1. Направление в психологии, основанное австрийским психиатром и психологом З. Фрейдом в конце XIX — 1-й трети XX в.

4. Длительность сосредоточения внимания на объекте.

9. Более или менее устойчивое, продолжительное, эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания.

11. Оценка человеком себя в целом и отдельных сторон своей личности, деятельности, поведения, компонент Я-концепции, самосознания.

13. Свойство высокоорганизованной материи отражать объективную действительность, обеспечивая целесообразность поведения и деятельности живого организма

15. Процессы организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания

16. Высший уровень психического отражения и саморегуляции, присущий только человеку как общественно-историческому существу

17. Два или более человека, которые взаимодействуют друг с другом, осознают свою групповую принадлежность и участвуют в совместной деятельности.

19. Способность человека действовать в направлении сознательно поставленной цели,преодолевая при этом внутренние препятствия, т. е. свои непосредственные желания и стремления.

20. Метод активного вмешательства исследователя в деятельность испытуемого с целью выявления психологического факта

21. Сложный многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми и группами, порождаемый потребностями совместной деятельности

22. Состояние нужды человека или животного в определенных условиях, которых недостаточно для нормального существования и развития

23. Процесс познавательной деятельности индивида, характеризующийся обобщенным и опосредствованным отражением действительности

24. Образ предмета, события, возникающий на основе припоминания или продуктивного воображения

25. Психологическое направление, рассматривающее в качестве предмета психологии поведение индивида (животного и человека) от рождения до смерти.

**По вертикали**

2. Индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого, определяющие успешность выполнения деятельности, не сводимые к знаниям, умениям и навыкам, но обусловливающие легкость и быстроту обучения новым способам и приемам деятельности

3. Отражение свойств предметов объективного мира, возникающее при их непосредственном воздействии на рецепторы

5. Индивидуально-своеобразный комплекс устойчивых личностных особенностей, определяющих присущие личности типичные формы и способы достижения целей и самопроявления в общении с другими людьми

6. Неповторимость, уникальность свойств человека как индивида и личности.

7. Особое качество человека, приобретаемое им в социокультурной среде в процессе совместной деятельности и общения

8. Рассмотрение, изучение чего-либо, основанное на мысленном или реальном расчленении предмета, явления на составные части.

10. Наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности

12. Совокупность индивидуальных особенностей человека, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону его деятельности и поведения

14. Непосредственное отражение предмета (явления, процесса) в совокупности его свойств, в его объективной целостности.

18. Эмпирический метод психологического исследования, состоящий в преднамеренном, систематическом и целенаправленном восприятии психических явлений

19. Сосредоточенность деятельности субъекта в данный момент времени на каком-либо реальном или идеальном объекте (предмете, событии, образе, рассуждении и т. д.).

20. Проникновение, вчувствование в переживания другого человека, постижение его эмоционального состояния

23. Побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением  потребностей  субъекта.

***Требования к оформлению реферата***

Объем реферата может колебаться в пределах 15-20 печатных страниц. Основные разделы: оглавление (план), введение, основное содержание, заключение, список литературы.

Текст реферата должен содержать следующие разделы:

-титульный лист с указанием: названия ВУЗа, кафедры, темы реферата, ФИО автора и ФИО преподавателя.

- введение, актуальность темы.

- основной раздел.

- заключение (анализ результатов литературного поиска); выводы.

- Библиографическое описание, в том числе и интернет-источников, оформленное по [ГОСТ 7.1 – 2003; 7.80 – 2000](http://sgma.info/index.php?option=com_content&amp;task=view&amp;id=1559&amp;Itemid=708).

- Список литературных источников должен иметь не менее 10 библиографических названий, включая сетевые ресурсы.

Текстовая часть реферата оформляется на листе следующего формата:

* отступ сверху – 2 см; отступ слева – 3 см; отступ справа – 1,5 см; отступ снизу – 2,5 см;
* шрифт текста: Times New Roman, высота шрифта – 14, пробел – 1,5;
* нумерация страниц – снизу листа. На первой странице номер не ставится.

Реферат должен быть выполнен грамотно с соблюдением культуры изложения. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу, включая периодическую литературу за последние 5 лет).

Критерии оценки реферата:

* актуальность темы исследования;
* соответствие содержания теме;
* глубина проработки материала;
* правильность и полнота разработки поставленных вопросов;
* значимость выводов для дальнейшей практической деятельности;
* правильность и полнота использования литературы;
* соответствие оформления реферата стандарту;
* качество сообщения и ответов на вопросы при защите реферата.

**Тематика рефератов**

1. Основные функции и проявления психики.

2. Разновидности психологических тестов.

3. Различные взгляды на предмет психологии в истории развития науки.

4. Роль психологических знаний в управленческой деятельности.

5. Психологическая характеристика профессии «менеджер».

5. Профессионально важные качества личности менеджера.

4. Характеристика восприятия и ощущений.

5. Нарушения ощущений и восприятия.

6. Проблема оценки свойств внимания.

7. Методики развития памяти.

8. Проблема определения и измерения интеллекта.

9.Содержание волевого действия.

10. Проблема классификации эмоций.

11. Соотношение общего и индивидуального в психике человека.

12. Соотношение самооценки и уровня притязаний.

13. Соотношение понятий характера и темперамента.

14. Межполушарная асимметрия и психические функции.

15. Методы активизации творческой деятельности.

16. Проблема взаимодействия сознания и подсознания.

18. Механизмы психологической защиты.

19. Одаренность, талант, гений.

20. Потребности как основа формирования личности.

21. Уровень притязаний и виды самооценки.

22. Темперамент и личность.

23. Виды и функции эмоций.

24. Связь мозга и психики.

25. Представление о предмете психологии в различных психологических школах.

29. Виды ощущений.

30. Проблема измерения ощущений. Основные психофизические законы.

31. Психика, поведение, деятельность.

32. Основные свойства восприятия.

33. Виды и свойства внимания.

34. Развитие мышления в онтогенезе.

35. Мозговая локализация психических функций.

36.Проблема межполушарной асимметрии.

37. Виды памяти.

38. Основные мнемические процессы.

39.Проблема связи языка и мышления.

40. Состояния сознания.

41. Соотношение мотивов и деятельности.

42. Типология личности.

43. Проблема сознания и бессознательного.

44. Виды и функции речи.

45.Воля как высший уровень регуляции.

46. Виды мышления. Мышление и речь.

47. Диагностика и развитие способностей.

##

## Перечень примерных контрольных вопросов к зачету

1. Дайте характеристику психологии в системе наук. Обоснуйте предмет психологии в историческом аспекте.
2. Дайте характеристику тестированию как методу психологического исследования. Поясните основные требования, предъявляемые к тестированию.
3. Раскройте эксперимент как метод психологии. Охарактеризуйте виды эксперимента, достоинства и недостатки данного метода.
4. Раскройте беседу как опросный метод психологии. Поясните требования к беседе.
5. Дайте характеристику методу психологии – изучение продуктов деятельности.
6. Охарактеризуйте основные этапы развития психики в филогенезе.
7. Раскройте предпосылки и условия возникновения сознания. Охарактеризуйте бессознательное в психике человека.
8. Дайте характеристику деятельности человека. Раскройте основные виды деятельности.
9. Раскройте понятие "мотив". Дайте характеристику осознанным и неосознанным мотивам. Поясните понятие «мотивация личности».
10. Раскройте понятие «потребности». Дайте характеристику видам потребностей.
11. Раскройте внимание как психический процесс. Охарактеризуйте виды и свойства внимания.
12. Дайте характеристику восприятия как психического процесса. Объясните виды, свойства и закономерности восприятия.
13. Раскройте ощущение как психический процесс. Поясните функции и виды ощущений.
14. Раскройте память как психический процесс. Охарактеризуйте виды, процессы, особенности памяти.
15. Раскройте воображение как психический процесс. Дайте характеристику видам и приемам воображения.
16. Раскройте понятие «эмоции». Дайте характеристику видам и функциям эмоций.
17. Раскройте мышление как психический процесс. Охарактеризуйте формы и виды мышления, мыслительные операции.
18. Раскройте понятие «чувства». Дайте характеристику видам чувств.
19. Раскройте понятие «воля». Охарактеризуйте функции воли. Поясните структуру волевого акта.
20. Соотнесите понятия «язык» и «речь». Охарактеризуйте виды речи. Раскройте связь мышления и речи.
21. Раскройте понятие «темперамент». Дайте характеристику основных типов темперамента. Раскройте подходы к изучению личности в современной психологии.
22. Дайте общее представление о личности. Соотнесите понятия: «человек», «субъект», «индивид», «личность», «индивидуальность».
23. Раскройте методологические подходы, определяющие структуру личности. Приведите примеры различных структур личности.
24. Раскройте понятие "активность личности". Перечислите и обоснуйте источники активности личности.
25. Раскройте понятие «Я-концепция» в современной психологии. Охарактеризуйте самооценку и уровень притязаний личности.
26. Раскройте понятие «способности». Дайте характеристику видов способностей. Соотнесите понятия «способности» и «задатки».
27. Раскройте понятие интеллект. Охарактеризуйте способы его измерения.

**Рекомендуемая литература**

**а) основная:**

1. Кравченко А.И. Общая психология: учеб. пособие. – М.: ТК Велби, Изд-во Проспект, 2008. – 432 с.

2. Майерс Д. Социальная психология . – 7-е изд. – СПб.: Питер, 2005. – 793 с.

3. Маклаков А.Г. Общая психология. Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2009. – 583 с.

4. Нуркова В.В. Психология: Учебник для студ. Вузов / В.В. Нуркова, Н.Б.Березанская. – М.: Юрайт, 2004. –485с.

5. Островский Э.В., Чернышева Л.И. Психология и педагогика: Учеб. пособие / Под ред. Э.В. Островского. – М.: Вузовский учебник, 2006. – 384 с.

6. Психология: Учебник для экономических вузов/ Под общ. ред. В.Н. Дружинина.— СПб.: Питер, 2001 .— 656 с.

**Б) дополнительная:**

1. Андреева Г. М. Социальная психология: Учебник для вузов .— 5 изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2005 .— 365 с.

2. Кричевский Р.Л. Психология лидерства: Учеб. пособ. — М.: Статут, 2007.— 542 с.

3. Личность. Теории, упражнения, эксперименты/ Р. Фрейджер, Дж. Фейдимен. Пер. с англ.. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2006. – 704 с.

4. Практическая психология для экономистов и менеджеров: Учебное пособие / Под ред. М.К. Тутушкиной. — СПБ.: Дидактика Плюс, 2002.— 364 с.

5. Психология личности. Учебное пособие / под ред. П.Н. Ермакова, В.А. Лабунской. – М.: Эксмо, 2007. – 653 с.

6. Ратанова Т.А., Домашенко И.А. Психология общая. Экспериментальная психология.- М.: РИЦ «Альфа», 2004. – 459 с.

**Программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

1. Проект <http://www.go-psy.ru/index.htm>
2. Институт экзистенциальной психологии и жизнетворчества <http://hpsy.ru/>
3. Библиотека Фонда содействия развитию психической культуры <http://www.psylib.kiev.ua/>
4. Библиотека <http://www.koob.ru/>
5. Психология в Интернете - <http://www.psychology.ru/>
6. Психология на русском языке - <http://www.psychology.ru>.
7. Библиотека "Психея" - <http://psycheya.ru>.
8. Психологические тесты, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов <http://azps.ru/>

**Приложение 1**

**Ключ к методике «Анаграммы»**

|  |  |
| --- | --- |
| Номер | Лишнее слово |
| 1 | КИЛОБИТ |
| 2 | ОЛЬХА |
| 3 | ИОД |
| 4 | ГОРОДКИ |
| 5 | ПРУД |
| 6 | ФИЗИКА |
| 7 | КОЛЛЕДЖ |
| 8 | АИД |
| 9 | ШРЕДДЕР |
| 10 | ТЕРЬЕР |
| 11 | БРЮСОВ |
| 12 | ГАВАНА |

**Приложение 2**

**Ключи для обработки результатов опросника УСК**

Ио: «+» 2, 4, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 20, 22, 25, 27, 29, 32, 34, 36, 37, 39, 42, 44

«–» 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 14, 18, 21, 23, 24, 26, 28, 31, 33, 38, 40, 41, 43

Ид: «+» 12, 15, 27, 32, 36, 37

«–» 1, 5, 6, 14, 26, 43

Ин: «+» 2, 4, 20, 31, 42, 44

«–» 7, 24, 33, 38, 40, 41

Ис: «+» 2, 16, 20, 32, 37

«–» 7, 14, 26, 28, 41

Ип: «+» 19, 22, 25, 42

«–» 1, 9, 10, 30

Им: «+» 4, 27

«–» 6, 38

Из: «+» 13, 34

«–» 3, 23

**Приложение 3**

**Ключ к методике МУН**

Ответ «ДА»: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20.

Ответ «НЕТ»: 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.

За каждое совпадение ответа с ключом испытуемому дается 1 балл. Подсчитывается общее количество набранных баллов.

Если количество набранных баллов от 1 до 7, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи).

Если количество набранных баллов от 14 до 20, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех).

Если количество набранных баллов от 8 до 13, то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно иметь в виду, что если количество баллов 8, 9, есть определенная тенденция метизации на неудачу, а если количество баллов 12, 13, имеется определенная тенденция мотивации на успех.

**Приложение 4**

**Ключ к тесту – опроснику Г. Айзенка**

Если ответ совпадает с указанным в ключе, то ему присваивается один балл. Если в колонке показателя искренности сумма больше 5 баллов, то ответы интерпретируются как неискренние.

Искренность: **Да**: 6, 24, 36; **Нет**: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Стабильность/Нестабильность **Да**: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Экстраверсия/Интроверсия: **Да**: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56; **Нет**: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

**Приложение 5**

**Ключ к методике «Психологический паспорт темперамента»**

Если число положительных ответов составляет 40% и выше, данный тип темперамента у вас доминирует.

30-39% — качества данного типа выражены достаточно ярко.

20-29% — качества данного типа выражены средне.

10 – 19 % — качества данного типа выражены в малой степени.

Формула темперамента: Фт = %Х + %С + %Ф + %М

**(Фт) = Х(АХ/А \* 100%) + С(АС/А \* 100%) + Ф(АФ/А \* 100%) + М(АМ/А \* 100%)**

где:

Х – холерический темперамент, АХ – число плюсов в «паспорте» холерика;

С – сангвинический темперамент, АС - число плюсов в «паспорте» сангвиника;

Ф – флегматический темперамент, АФ – число плюсов в «паспорте» флегматика;

М – меланхолический темперамент, АМ - число плюсов в «паспорте» меланхолика;

А – общее число плюсов по всем типам.

 **Приложение 6.**

**Ключ к методике КОС**

**Дешифратор**

|  |  |
| --- | --- |
| Склонности | ответы |
| положительные | отрицательные |
| Коммуникативные | Вопросы 1-го столбца | Вопросы 3-го столбца |
| Организаторские | Вопросы 2-го столбца | Вопросы 4-го столбца |

Для качественной оценки результатов необходимо сопоставить полученные коэффициенты со шкальными оценками.

Шкала оценок коммуникативных и организаторских склонностей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Кк | Ко | Шкальная оценка |
| 0,10-0,45 | 0,20-0,55 | 1 |
| 0,45-0,55 | 0,56-0,65 | 2 |
| 0,56-0,65 | 0,66-0,70 | 3 |
| 0,66-0,75 | 0,71-0,80 | 4 |
| 0,75-1,00 | 0,81-1,00 | 5 |

**Приложение 7**

**Ключ к тесту Томаса**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Соперни-чество. | Сотрудни-чество | Компромисс | Избегание | Приспособ-ление |
|  |  |  |  | А | Б |
|  |  | Б | А |  |  |
|  | А |  |  |  | Б |
|  |  |  | А |  | Б |
|  |  | А |  | Б |  |
|  | Б |  |  | А |  |
|  |  |  | Б | А |  |
|  | А | Б |  |  |  |
|  | Б |  |  | А |  |
|  | А |  | Б |  |  |
|  |  | А |  |  | Б |
|  |  |  | Б | А |  |
|  | Б |  | А |  |  |
|  | Б | А |  |  |  |
|  |  |  |  | Б | А |
|  | Б |  |  |  | А |
|  | А |  |  | Б |  |
|  |  |  | Б |  | А |
|  |  | А |  | Б |  |
|  |  | А | Б |  |  |
|  |  | Б |  | А |  |
|  | Б |  | А |  |  |
|  |  | А |  | Б |  |
|  |  |  | Б |  | А |
|  | А |  |  |  | Б |
|  |  | Б | А |  |  |
|  |  |  |  | А | Б |
|  | А | Б |  |  |  |
|  |  |  | А | Б |  |
|  |  | Б |  |  | А |
|  | ∑ | ∑ | ∑ | ∑ | ∑ |

1. Турусова О.В. Психология в вопросах, задачах и упражнениях. В 3 т. Т.1. – Самара: Изд-во самар. ун-та. 1994. С. 8. [↑](#footnote-ref-1)
2. Иващенко Ф.И. Задачи по общей , возрастной и педагогической психологии: Уч. пособие. – Мн.: Унiверсiтэцкае, 1999. – С. 25. [↑](#footnote-ref-2)
3. Реан А.А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. – СПб: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – С. 138, 146-147. [↑](#footnote-ref-3)
4. [↑](#footnote-ref-4)
5. Турусова О.В. Психология в вопросах, задачах и упражнениях. В 3 т. Т. 3. – Самара: Изд-во Самар. ун-та, 1994. С. [↑](#footnote-ref-5)
6. Турусова О.В. Психология в вопросах, задачах и упражнениях. В 3 т. Т. 3. – Самара: Изд-во Самар. ун-та, 1994. С. [↑](#footnote-ref-6)
7. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / под общ. ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – Спб.: Питер, 2003. – 560 с. [↑](#footnote-ref-7)