

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Р.ГАМЗАТОВА»  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
КАФЕДРА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ОПЦ.02 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ

Направление подготовки 49.02.01 Физическая культура  
Квалификация: педагог по физической культуре и спорту  
Срок обучения по ОП: 3г 10м (очное обучение) 4г.4 мес (заочное обучение)  
Форма обучения: очная, заочная  
Образовательный стандарт (ФГОС) N 968 от 11.11.2022

Автор(ы)-составитель(и): Омарова П.А.

**Фонд оценочных средств утвержден на заседаниях:**

Кафедры профессиональных дисциплин  
(протокол № 6 от «21» января 2025г.)

Зав. кафедрой: Салманова Д.А., к.п.н., доцент  21.01. 2025 г.  
(ФИО, ученое звание) (подпись) (дата)

Педагогического совета профессионально-педагогического  
колледжа ДГПУ им.Р.Гамзатова  
(протокол №2 от «25» февраля 2025 г.)

Председатель Магарамов Ш.А., к.и.н., доцент  
(ФИО, ученое звание)

 25.02.2025  
(подпись) (дата)

Учебно-методического совета ДГПУ им. Р.Гамзатова  
(протокол № 4 от «25» 06.2025г.)

Председатель УМС: д.ф.н., профессор, Дибиров И.А.  
(ФИО, ученое звание)

 25.06.2025  
(подпись) (дата)

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**
- 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ**
- 3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ и ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**
  - 3.1. Формы и методы оценивания
  - 3.2. Фонд оценочных средств для текущего контроля
  - 3.3. Критерии оценивания
  - 3.4. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации
  - 3.5. Ключи к тестам
  - 3.6. Критерии оценивания
- 4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств (ФОС) разработан на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности *49.02.01 Физическая культура*, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. № 968 и в соответствии с рабочей программой дисциплины *ОПЦ.02 Основы психологии*.

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме экзамена, которые позволяют оценить уровень достижения, запланированных результатов обучения по учебной дисциплине.

**Текущий контроль** успеваемости осуществляется с целью регулярного наблюдения за ходом поэтапного освоения обучающимися материалом учебной дисциплины, оптимизации управления образовательной деятельностью обучающихся, своевременной корректировки персональных образовательных результатов, обучающихся педагогическими средствами.

Текущему контролю успеваемости подлежат все обучающиеся, осваивающие учебную дисциплину.

Текущий контроль проводится в пределах учебного времени, отведенного на изучение дисциплины традиционными и инновационными методами с использованием современных технологий.

Результаты текущего контроля успеваемости обучающихся в виде оценки в балльном выражении («5», «4», «3», «2») записываются в журнале учебных занятий.

**Промежуточная аттестация** по учебной дисциплине проводится с целью оценки уровня освоения теоретических знаний, умений, приобретенного практического опыта.

Формы и периодичность промежуточной аттестации по дисциплине определяются учебным планом образовательной программы: экзамен, в 4 семестре.

Экзамен проводится непосредственно после завершения освоения дисциплины, в сроки, установленные календарным учебным графиком. Экзамен проводится в день, освобожденный от других форм учебной нагрузки.

Экзаменационные вопросы и задания составляются на основе рабочей программы дисциплины. Экзаменационные вопросы и задания должны соответствовать проверяемым результатам обучения и доводятся до сведения обучающихся в течение первых двух месяцев от начала обучения.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**ОПЦ.02 Основы психологии** направлен на формирование общих компетенций.

Освоение учебной дисциплины должно способствовать формированию общих компетенций:

- **ОК 01.** Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
- **ОК 02.** Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
- **ОК 09.** Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен получить **практический опыт**:

- Применять психологические знания и методы исследования в практической деятельности;
- Проводить диагностику личностных особенностей и профессиональных качеств учащихся;
- Разрабатывать рекомендации по эффективности работы учащихся;
- Работать с психодиагностическими методиками и инструментами оценки

учащихся;

- Анализировать ситуации профессионального взаимодействия и предлагать пути их оптимизации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

- применять знания психологии при решении педагогических задач;
- выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально типологические и личностные особенности

**знать:**

- *предмет, задачи и методы психологии;*
- *развитие психологии как науки;*
- *психика и ее развитие;*
- *сознание и самосознание;*
- *деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности;*
- *познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение;*
- *эмоционально-волевые процессы;*
- *индивидуально-психологические особенности человека: темперамент, характер, задатки, способности человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность;*
- *структура личности; формирование личности*

**Общие компетенции:**

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам	<b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;</li><li>• анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li><li>• определять этапы решения задачи;</li><li>• выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li><li>• составить план действия;</li><li>• определить необходимые ресурсы;</li><li>• владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li><li>• реализовать составленный план;</li><li>• оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</li></ul>
		<b>Знания:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</li><li>• основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</li><li>• алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li><li>• методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li><li>• структуру плана для решения задач;</li><li>• порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li></ul>

<b>ОК 02</b>	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• определять задачи для поиска информации;</li> <li>• определять необходимые источники информации;</li> <li>• планировать процесс поиска;</li> <li>• структурировать получаемую информацию;</li> <li>• выделять наиболее значимое в перечне информации;</li> <li>• оценивать практическую значимость результатов поиска;</li> <li>• оформлять результаты поиска;</li> <li>• применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;</li> <li>• использовать современное программное обеспечение</li> </ul>
		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;</li> <li>• приемы структурирования информации;</li> <li>• формат оформления результатов поиска информации;</li> <li>• современные средства и устройства информатизации;</li> <li>• порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности</li> </ul>
<b>ОК 09</b>	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые);</li> <li>• понимать тексты на базовые профессиональные темы;</li> <li>• участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;</li> <li>• строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности;</li> <li>• кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые);</li> <li>• писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы</li> </ul>
		<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;</li> <li>• основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика);</li> <li>• лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;</li> <li>• особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности</li> </ul>



**ОПЦ.02 Основы психологии**

№	Наименование темы	ОК	Текущий контроль успеваемости	Промежуточная аттестация
1	2	3	4	6
<b>Раздел 1. Введение в психологию</b>				
<b>Тема 1.1. Предмет и задачи психологии. Методы изучения психики</b>				
1.	Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии.	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Устный опрос, тестирование	
2.	Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и практикой			
3.	3. Понятие о методе научного познания в психологии. Методы психологии на разных этапах ее развития: метод интроспекции, объективные методы, психоанализ, методы психологической помощи.			
4.	Основные методы психологических исследований. Классификация Б.Г. Ананьева.			
<b>Практические работы</b>				
1.	Практическая работа № 1. Самостоятельная работа	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Выполнение практической работы	
2.	Практическая работа № 2. Доклады, сопровождаемые презентациями; обсуждение докладов.			
<b>Тема 1.3. Психика и ее развитие. Сознание человека. Деятельность.</b>				
1.	Понятие о психике. Возникновение и развитие психики. Гипотеза А. Н. Леонтьева о чувствительности. Эволюция психики. Основные стадии развития психики животных. Общее представление о формах поведения: инстинкт, научение, навык, интеллект..	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Устный опрос, тестирование	
2.	Физиологические основы психики человека			
3.	Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания.			
4.	Культурно-историческая концепция развития психики человека. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических функций у человека. Сравнение психики человека и животных.			
5.	Сознание и бессознательное. Общая характеристика неосознаваемых психических процессов.			
<b>Раздел 2. Познавательные психические процессы</b>				
<b>Тема 2.1. Ощущения. Восприятие. Внимание</b>				
2.1	Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Устный опрос, тестирование	
2.2	Основные свойства ощущений: (чувствительность, адаптация, контраст			

	ощущений, сенсбилизация, синестезия).			
2.3	Понятие о восприятии, свойства восприятия: предметность, целостность, константность и осмысленность восприятия. Зависимость восприятия от характера деятельности. Роль моторных компонентов в восприятии.			
2.4	Классификация видов восприятия.			
2.5	Понятие о внимании, функции внимания. Свойства внимания: устойчивость, объем внимания, переключение, сосредоточенность, распределение внимания. Рассеянность и ее виды.			
2.6	Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Развитие внимания.			
<b>Практические работы</b>				
1.	Практическое занятие №3 Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений. Решение психологических задач по теме «Ощущения»	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Выполнение практической работы	
2.	Практическая работа № 4. Иллюзии зрительного восприятия. Решение психологических задач по теме «Восприятие»			
1.	<b>Тема 2.2. Память. Представление. Воображение. Мышление. Речь</b>	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Устный опрос, тестирование	
2.	Определение и общая характеристика памяти. Понятие об ассоциациях, виды ассоциаций. Процессы памяти. Свойства и виды памяти. Определение и общая характеристика представления. Виды представления			
3.	2. Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения. Воображение и творчество. Понятие о креативности. Развитие воображения.			
4.	3. Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Виды мышления. Предметно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление.			
5.	4. Операции мышления. Процесс решения мыслительных задач. Формы мышления: понятие, суждение, умозаключение.			
6.	5. Развитие мышления			
5.	6. Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Значение и смысл.			
6.	7. Соотношение мышления и речи. Представление о внутренней речи, ее структура и значение. Эгоцентрическая речь. Развитие речи			
<b>Практические работы</b>				
1.	Практическое занятие 5. Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Мнемотехника. Решение психологических задач по теме «Память»		Выполнение	
2.	Практическое занятие 6. Решение психологических задач по теме			

	«Представление»		практической работы	
3.	Практическое занятие 7. Решение психологических задач по теме «Воображение»	ОК 01; ОК-2; ОК-09		
4.	Практическое занятие 8. Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.			
5.	Практическое занятие 9. Решение психологических задач по теме «Мышление»			
6.	Практическое занятие 10. Решение психологических задач по теме «Речь»			
<b>Раздел 3. Личность. Индивидуальные особенности личности</b>				
<b>Тема 3.1. Человек как субъект, личность и индивидуальность. Эмоционально-волевая сфера личности</b>				
	1. Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение. Понятие о человеке как субъекте и личности. Структура личности. Самосознание личности. Я концепция. Механизмы психологической защиты.	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Фронтальный опрос по темам	
	2. Направленность личности, формы ее проявления.			
	3. Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства. Развитие эмоций			
	4. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта. Мотивация и волевая активность. Волевые качества человека и их развитие.			
<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>				
	Практическое занятие 10. Решение психологических задач по теме «Личность»	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Решение психологических задач	
	Практическое занятие 11. Исследование волевых качеств личности.			
	Практическое занятие 12. Решение психологических задач по теме «Эмоционально-волевая сфера личности»			
<b>Тема 3.2. Темперамент. Характер. Способности</b>				
	1. Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента.	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Фронтальный и индивидуальный опрос	
	2. Типологии темперамента.			
	3. Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера.			
	4. Типологии характера. Формирование характера.			
	5. Понятие о способностях. Задатки и способности. Врожденное и приобретенное.			
	6. Виды способностей. Развитие способностей.			
<b>Практические работы</b>				
	Практическое занятие 13. Исследование типов темперамента.	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Тестирование, решение психологических задач,	
	Практическое занятие 14. Решение психологических задач по теме «Темперамент»			

	Практическое занятие 15. Исследование типа характера на основе самодиагностики.			
	Практическое занятие 16. Решение психологических задач по теме «Характер»			
	Практическое занятие 17. Исследование творческих способностей.			
	Практическое задание 18. Решение психологических задач по теме «Способности»			
<b>3 семестр</b>				
<b>Раздел 4. Психология развития</b>				
<b>Тема 4.1. Предмет и задачи возрастной психологии. Психологическая характеристика дошкольника. Психологическая характеристика детей младшего школьного возраста</b>				
	1. Возраст: психологический, паспортный, биологический; ведущий тип деятельности; возрастная периодизация. Понятие о кризисах, сенситивных периодах развития, об акселерации.	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Письменный опрос	
	2. Особенности психофизиологического развития дошкольника; ОК 09 ведущий тип деятельности; новообразования данного возраста; особенности взаимоотношений с взрослыми и сверстниками.			
	3. Особенности психофизиологического развития младшего ОК 09 школьника; ведущий тип деятельности; формирование внутренней позиции школьника; особенности личностного формирования младшего школьника; новообразования данного возраста: развитие произвольности, рефлексия, внутреннего плана действий; особенности взаимоотношений с взрослыми и сверстниками.			
В том числе практических занятий и лабораторных работ				
	Практическое занятие 18. Решение психологических задач по теме «Психологическая характеристика дошкольника»	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Решение психологических и педагогических ситуаций	
	Практическое занятие 19. Решение психологических задач по теме «Психологическая характеристика детей младшего школьного возраста»			
<b>Раздел 5. Психология физической культуры и спорта</b>				
<b>Тема 5.1. Предмет и задачи психологии физического воспитания и спорта. Психологические основы двигательных и тактических действий. Психологические особенности спортивной тренировки. Психологические особенности соревновательной деятельности. Мотивационная сфера спортсмена</b>				
	1. Общие и специфические условия деятельности в физическом воспитании и спорте: предмет деятельности, соревнование как атрибут спорта, необычность физических и психических напряжений, продукт (результат) деятельности. Методы психологии физического воспитания и спорта. Психологическая структура деятельности в физическом воспитании и спорте: цели, мотивы, средства, продукт деятельности		Фронтальный опрос	
	2. Представление движений, мышление, их роль и функции в управлении		Тестирование	

	двигательной деятельностью. Формирование представлений о движениях. Психологическая характеристика процесса формирования двигательных навыков. Психологические факторы успешности овладения и реализации тактических действий.	ОК 01; ОК-2; ОК-09		
	3. Психологические особенности тренировочного процесса. Признаки психического перенапряжения в тренировочном процессе. Нервозность. Порочная стеничность. Астеничность			
	4. Эмоционально-волевые предсоревновательные и соревновательные напряжения. Динамика предсоревновательного психического напряжения			
	5. Мотив; стремление к самосовершенствованию; стремление к самоутверждению; социальные установки; удовлетворение духовных потребностей			
<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>				
	Практическое занятие 20. Психологическая характеристика деятельности преподавателя ФК и тренера	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Решение психологических задач	
	Практическое занятие 21. Решение психологических задач по теме «Психологические основы двигательных и тактических действий»			
	Практическое занятие 22. Решение психологических задач по теме «Психологические особенности спортивной тренировки»			
	Практическое занятие 23. Анализ предстартовых состояний			
	Практическое занятие 24. Индивидуальные особенности спортивных мотивов			
<b>Тема 5.5. Психологические основы воспитания воли в физическом воспитании и спорте. Проблема лидерства в спорте. Психология спортивных групп и коллективов. Агрессия и агрессивность спортсменов. Психическая саморегуляция спортсменов.</b>				
	1. Единство воспитания воли, обучения технике, тактике и ОК 09 развития физических качеств. Преодоление препятствий, трудностей и проявление волевых усилий – необходимые условия воспитания воли. Общие особенности развития волевых качеств спортсменов.	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Опрос по темам	
	2. Лидер, его функции и характеристики. Формальный, неформальный лидер; деловой; эмоциональный; негативный лидер. Руководство и лидерство в спортивной команде. Стили управления группой			
	3. Сплоченность и психологический климат в команде. ОК 09 Психологическая совместимость членов групп и коллективов; мотивация на достижение общей цели; эффективность деятельности; удовлетворенность социальных потребностей; конкуренция; соперничество. Статус в группе.			
	4. Врожденная и конструктивная агрессия. Физическая ОК 09 агрессия; вербальная, косвенная агрессия; косвенная вербальная, косвенная физическая агрессия. Личностная агрессивность и конфликтность.			
	5. Умение определить по шкале оценок характерный для себя оптимальный			

	уровень предсоревновательного эмоционального состояния. Саморегуляция предстартовых состояний			
<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>				
	Практическое занятие 25. Психологические основы воспитания воли в физическом воспитании и спорте	ОК 01; ОК-2; ОК-09	Разбор кейсов, тестирование	Экзамен
	Практическое занятие 26. Диагностика лидерских качества спортсмена			
	Практическое занятие 27. Определение совместимости и психологического климата в команде			
	Практическое занятие 28. Диагностика личностной агрессивности.			
	Практическое занятие 29. Приемы психической саморегуляции			

### **3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

#### **3.1. Формы и методы оценивания**

Формы текущего контроля по дисциплине:

- ~ устный опрос (фронтальный, индивидуальный, комбинированный);
- ~ тестирование (письменное или компьютерное);
- ~ письменная проверка (ответы на вопросы, решение задач и примеров, составление тезисов, рефератов, выполнение схем, выполнение заданий для самостоятельной работы и др.);
- ~ практическая проверка (при проведении практических и лабораторных занятий);
- ~ самоконтроль и взаимопроверка.

Возможны и другие формы текущего контроля успеваемости, в том числе инновационные на основе информационно-коммуникационных технологий.

Преподаватель на одном учебном занятии может использовать одну или несколько форм текущего контроля.

Промежуточная аттестация оценивает результаты учебной деятельности обучающихся за семестр (полугодие).

Основными формами промежуточной аттестации являются:

- экзамен;

#### **3.2. Фонд оценочных средств для текущего контроля не предусмотрены**

## Тестовые задания и вопросы

### Предмет психологии. Основные понятия.

1. Назовите объект и предмет психологии.
2. Перечислите основные отрасли психологии.
3. В чем, на Ваш взгляд, состоит отличие научной психологии и житейской?
4. Укажите жизненные и профессиональные ситуации, в которых возникает необходимость в психологических знаниях.
5. Как Вы считаете, какие знания по психологии могут потребоваться в вашей будущей профессии?

### Виды психологических исследований

6. Какие методы психологического исследования Вам известны?
7. В чем, по Вашему мнению, заключаются плюсы и минусы методов наблюдения, опроса, эксперимента и тестирования?
8. Перечислите разновидности проективных методов исследования.
9. Как Вы считаете, какие методы психологического исследования могут быть использованы в Вашей будущей профессиональной деятельности?
10. Дайте сравнительную характеристику понятий: человек, индивид, индивидуальность, личность.
11. Охарактеризуйте индивидуальные особенности Ваших психических процессов.
12. Какова направленность Вашей личности?

### Виды восприятия и ощущения

1. Чем отличается восприятие от ощущения?
2. В чем особенности восприятия времени и пространства?
3. Каковы свойства восприятия?
4. Определите, какие свойства восприятия появляются в следующих ситуациях:  
Б) При некоторых психических заболеваниях людей наблюдается следующее расстройство восприятия: они перестают узнавать предметы, хотя без особого труда определяют их составные элементы.  
В) После ампутации конечности у людей наблюдается феномен фантомной конечности.  
Г) Известно, что влюбленный человек не замечает изъянов во внешности своего избранника.

### Внимание. Память.

1. Возможна ли разумная деятельность без внимания?
2. Какие виды и свойства внимания проявляются у человека?
3. Что нужно практически сделать, чтобы предупредить забывание важного материала?
4. Перечислите профессии, предъявляющие повышенные требования к каждому из свойств внимания.
5. Объясните, почему привлекается внимание в подобных ситуациях:  
А) Водитель за рулем обращает внимание на знаки дорожного движения, а пассажир — нет.  
Б) Человек, отдыхающий на скамейке в тихом парке, обращает внимание на неожиданно раздавшийся громкий звук.  
В) Из всех книг, стоящих на полке, ребенок обращает внимание на наиболее яркую.
1. Что нужно практически сделать, чтобы предупредить забывание важного материала? Какие факторы влияют на забывание?
2. Чем отличается оперативная память от кратковременной?
3. Какие виды и процессы памяти у Вас наиболее эффективны?
4. Какие виды памяти наиболее важны представителям следующих профессий: строитель, менеджер, программист, механик, банковский служащий, преподаватель, артист театра, парфюмер, водитель.

### Воображение. Мышление.

1. Перечислите основные виды и формы воображения.

2. Какие функции выполняет воображение?

31

3. Представьте себе свою будущую профессию и укажите, какие требования она предъявляет к воображению.

4. Зачем человеку нужно воображение?

1. Перечислите основные виды мышления.

2. Какие основные виды мыслительных операций Вам известны?

3. Какие мыслительные процессы необходимы для познавательной деятельности?

4. Как Вы считаете, каков Ваш индивидуальный стиль мышления?

### **Практические работы/Лабораторные работы**

1. Практическая работа № 1. Самостоятельная работа

2. Практическая работа № 2. Доклады, сопровождаемые презентациями; обсуждение докладов.

Практическое занятие №3 Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений. Решение психологических задач по теме «Ощущения»

Практическая работа № 4. Иллюзии зрительного восприятия. Решение психологических задач по теме «Восприятие»

Практическое занятие №5. Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Мнемотехника. Решение психологических задач по теме «Память»

Практическое занятие №6. Решение психологических задач по теме «Представление»

Практическое занятие №7. Решение психологических задач по теме «Воображение»

Практическое занятие №8. Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.

Практическое занятие №9. Решение психологических задач по теме «Мышление»

Практическое занятие №10. Решение психологических задач по теме «Личность»

Практическое занятие №11. Исследование волевых качеств личности.

Практическое занятие №12. Решение психологических задач по теме «Эмоционально-волевая сфера личности»

Практическое занятие №13. Исследование типов темперамента.

Практическое занятие №14. Решение психологических задач по теме «Темперамент»

Практическое занятие №15. Исследование типа характера на основе самодиагностики.

Практическое занятие №16. Решение психологических задач по теме «Характер»

Практическое занятие №17. Исследование творческих способностей.

Практическое задание №18. Решение психологических задач по теме «Способности»

Практическое занятие №20. Психологическая характеристика деятельности преподавателя ФК и тренера

Практическое занятие №21. Решение психологических задач по теме «Психологические основы двигательных и тактических действий»

Практическое занятие №22. Решение психологических задач по теме «Психологические особенности спортивной тренировки»

Практическое занятие №23. Анализ предстартовых состояний

Практическое занятие №24. Индивидуальные особенности спортивных мотивов

Практическое занятие №25. Психологические основы воспитания воли в физическом воспитании и спорте

Практическое занятие №26. Диагностика лидерских качества спортсмена

Практическое занятие №27. Определение совместимости и психологического климата в

команде

Практическое занятие №28. Диагностика личностной агрессивности.

Практическое занятие №29. Приемы психической саморегуляции.

### Примерные задания для самостоятельной проработки

1. Какие отрасли психологии решают следующие задачи.
  - а) Выявить условия эффективного запоминания информации.
  - б) Выявить психологические причины аварийности на производстве.
  - в) Разработать меры по устранению дедовщины в армии.
  - г) Разработать методы работы с пожилыми людьми в доме престарелых.
  - д) Установить уровень психологического развития ребенка.
  - е) Выявить психологические причины неуспеваемости школьников.
  - ж) Выявить психологические особенности людей разного пола.
  - з) Выявить влияние окраски производственных помещений на эффективность труда.
  - и) Разработать программу профессионального отбора руководителей.
2. Перечислите основные функции памяти и опишите по пять конкретных жизненных ситуаций, в которых актуализируется каждая из них.
3. Используя закономерности работы памяти, подготовьте психологические рекомендации для эффективного запоминания учебного материала.
4. Разработайте рекомендации по выбору профессии для людей, обладающих различными видами мышления
5. Опишите основные типы задач, которые приходится решать специалисту Вашей будущей профессии. Определите, на какие мыслительные операции и виды мышления они ориентированы.
6. Определите Ваши продуктивность и концентрацию внимания, используя методику «**Корректирующая проба**».

**Инструкция:** «На бланке напечатаны буквы русского алфавита. Последовательно рассматривая каждую строчку, отыскивайте буквы «к» и «р» и зачеркивайте их. Задание нужно выполнять быстро и точно». Когда через некоторое время экспериментатор произнесет: «Черта!»- Вы должны поставить вертикальную черту в том месте строки, где Вас застала команда. Через десять минут отмечается последняя рассмотренная буква.

Учитываются следующие данные: общее количество просмотренных букв за 10 мин, количество правильно вычеркнутых букв за время работы, количество букв, которые необходимо было вычеркнуть.

Рассчитываются продуктивность внимания, равная количеству просмотренных букв за 10 мин., и точность, вычисленная по формуле:  $K = m/n \times 100 \%$

где К — точность, n — количество букв, которые необходимо было вычеркнуть, m — количество правильно вычеркнутых во время работы букв.

Нормативные показатели для психически здоровых молодых людей до 10-15 ошибок при десятиминутной работе.

### «Корректирующая проба»

оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьюенаисмвыгутжбшряцп  
лкдзюхэчфшьютжбшряцплкдзюхэчфшьюшьюхэчфцплкдзтжб  
смвыгутжбшряоецаицплкдзюхэчфшьютжбшряцплкдзюхэчфш  
оенаисмвыгуцплкдзтжбшряюхэчфшьюхэчфшьяцплкдзтжбшдз  
тжбшрясмвыгуенаицплкдзюхэчфрящьюшьюхэчфцплкдзтж

смвыгуттжбшяроенаицплкдзюхэчфшьйтжбшряцплкдзюхэчфш  
йшьюфчэхюздклпцярщбжтугывмсианеосмвыугоенаитжбшряцп  
тжбшрясмвыугоенаицплкдзюхэчфрящыйшьйюхэчфцплкдзтж  
смвыгутжбшяроенаицплкдзюхэчфшьйтжбшряцплкдзюхэчфш  
йшьфчэхюздклпцярщбжтугывмсианеосмвыугоенаитжбшряцп  
тжбшрясмвыугоенаицплкдзюххэчфрящыйшьйюхэчфцилкдзтж  
смвыгутжбшяроенаицплкдзюхэчфщыйтжбшряцплкдзюхэчфш  
йшьфчэхюздклпцярщбэтугывмсианеосмвыугоенаитжбшряцп  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьйоенаисмвыуттжбшряцпш  
тжбшрясмвыугоенаицплкдзюхэчфрящыйшьйюхэчфцплкдзтж  
йшьфчэхюздклпцярщбжтугывмсианеосмвыугоенаитжбшряцп  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзхячфшьйоенаисмвыуттжбшряцпш  
тжбшрясмвыугоенаицплкдзюхэчфрящыйшьйюхэчфцплкд  
йшьфчэхюздклпцярщбжтугывмсианеосмвыугоенаитжбшряцп  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьйоенаисмвыуттжбшряцпш

тжбшряцплкдзюхчэфшьйсмвыугоенаийщюхэифцплкдзтжбшря  
ряцплкдзюхэчфшьйшьйюхэчфцплкдзрящбжтсмвыгуианеосмт  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьйоенаисмвыуттжбшряцпш  
тжбшряцплкдзюхчэфшьйсмвыугоенаийшюхэчфцплкдзтжбшря  
ряцплкдзюхэчфшьйшьйюхэчфцплкдзрящбжтсмвыгуианеосмт  
цплкдзюхэчфшьйтжбшрясмвыугоенаисмвыгутжбшряцплкдзй  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьйоенаисмвыуттжбшряцпш  
тжбшрядплкдзюхчэфшьисмвыугоенаийщюхэчфшплкдзтжбшря  
цплкдзюхэчфщыйтжбшрясмвыугоенаисмвыгутжбшряцплкдзй  
ряцплкдзюхэчфшьишьйюхэчфцплкдзрящбжтсмвыгуианеосмт  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьйоенаисмвыуттжбшряцпш  
тжбшряцплкдзюхчэфьюсмвыугоенаийщюхэчфцплкдзтжбшря

цплкдзюхэчфшьйтжбршясмвыгуоенаисмвыгутжбшряцилкдзй  
ряцплкдзюхэчфшьйтжбршясмвыгуоенаисмвыгутжбшряцилкдзй  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьйоенаисмвыгутжбшряцпш  
тжбшряцплкдзюхэчфшьйсмвыгуоенаийьщюхэчфцплкдзтжбшря  
цплкдзюхэчфшьйтжбршясмвыгуоенаисмвыгутжбшряцплкдзй  
ряцплкдзюхэчфшьйтжбршясмвыгуоенаисмвыгутжбшряцпш  
оенаисмвыгутжбшряцплкдзюхэчфшьйоенаисмвыгутжбшряцпш  
цплкдзюхэчфшьйтжбршясмвыгуоенаисмвыгутжбшряцплкдзй

## 7. Определите уровень развития Вашей памяти, используя методику «**Заучивание 10 слов**»

Методика заучивания десяти слов позволяет исследовать процессы памяти: запоминание, сохранение и воспроизведение. Методика может использоваться для оценки состояния памяти, произвольного внимания.

**Инструкция:** «Сейчас я прочту несколько слов. Слушайте внимательно. Когда я окончу читать, сразу же повторите столько слов, сколько запомните. Повторять слова можно в любом порядке».

«Сейчас я снова прочту Вам те же слова, и Вы опять должны повторить их, – и те, которые Вы уже назвали, и те, которые в первый раз пропустили. Порядок слов не важен».

Далее опыт повторяется без инструкций. Перед следующими 3-5 прочтениями экспериментатор просто говорит: «Еще раз». После 5-6 кратного повторения слов, экспериментатор говорит испытуемому: «Через час Вы эти же слова назовете мне еще раз». На каждом этапе исследования заполняется протокол. Под каждым воспроизведенным словом в строчке, которая соответствует номеру попытки, ставится крестик. Если испытуемый называет «лишнее» слово, оно фиксируется в соответствующей графе. Спустя час испытуемый по просьбе исследователя воспроизводит без предварительного зачитывания запомнившиеся слова, которые фиксируются в протоколе кружочками.

### **Тестовый материал**

Стол, вода, кот, лес, хлеб, брат, гриб, окно, мёд, дом. Дым, сон,  
шар, пух, звон, куст, час, лёд, ночь, пень.

Число, хор, камень, гриб, кино, зонт, море, шмель, лампа, рысь.

### **Интерпретация результатов**

На основе подсчета общего количества воспроизведенных слов после каждого предъявления может быть построен график: по горизонтали откладывается число повторений, по вертикали — число правильно воспроизведенных слов. По форме кривой можно делать выводы относительно особенностей запоминания. Большое количество «лишних» слов свидетельствует о расторможенности или расстройстве сознания. К третьему повторению испытуемый с нормальной памятью обычно воспроизводит правильно до 9 или 10 слов.

Кривая запоминания может указывать на ослабление внимания, на выраженную утомленность. Повышенная утомляемость регистрируется в том случае, если испытуемый сразу воспроизвел 8-9 слов, а затем, с каждым разом все меньше и меньше (кривая на графике не возрастает, а снижается). Кроме того, если испытуемый воспроизводит все меньше и меньше слов, это может свидетельствовать о забывчивости и рассеянности. Зигзагообразный характер кривой свидетельствует о неустойчивости внимания.

Кривая, имеющая форму

«плато», свидетельствует об эмоциональной вялости ребенка, отсутствии у него заинтересованности. Число слов, удержанных и воспроизведенных час спустя, свидетельствует о долговременной памяти.

	дым	сон	шар	пух	звон	куст	час	лед	ночь	пень
1										
2										
3										
4										
5										
Через час										

8. Определите уровень сформированности Вашего логического мышления, используя методику "Сложные аналогии"

**Цель:** методика используется для выявления того, насколько испытуемому доступно понимание сложных логических отношений и выделение абстрактных связей. Предназначена для испытуемых подросткового, юношеского возраста и взрослых.

**Описание:** методика состоит из 20 пар слов - логических задач, которые предлагается решить испытуемому. Его задача - какой из шести типов логической связи заключен в каждой паре слов. В этом ему поможет "шифр" - таблица, в которой приводятся образцы использующихся типов связи и их буквенное обозначение А, Б, В, Г, Д, Е.

Испытуемый должен определить отношение между словами в паре, затем найти "аналог", то есть выбрать в таблице "шифр" пару слов с такой же логической связью, а после этого отметить в ряду букв (А, Б, В, Г, Д, Е) ту, которая соответствует найденному аналогу из таблицы "шифр". Время выполнения задания ограничено тремя минутами.

**Инструкция:** "На бланке перед Вами 20 пар, состоящих из слов, которые находятся между собой в логической связи. Напротив каждой пары 6 букв, которые обозначают 6 типов логической связи. Примеры всех 6 типов и соответствующие им буквы приведены в таблице "шифр".

Вы должны во-первых, определить отношение между словами в паре. Затем подобрать наиболее близкую к ним по аналогии (ассоциации) пару слов из таблицы "шифр". И после этого в буквенном ряду обвести кружком ту из букв, которая соответствует найденному в таблице "шифр" аналогу. Время выполнения задания - 3 минуты.

### Шифр

А. Овца - стадо. Б. Малина - ягода. В. Море - океан.  
Г. Свет - темнота. Д. Отравление - смерть. Е. Враг – неприятель.

### Задания

1. Испуг – бегство А, Б, В, Г, Д, Е
2. Физика – наука А, Б, В, Г, Д, Е
3. Правильно - верно А, Б, В, Г, Д, Е
4. Грядка – огород А, Б, В, Г, Д, Е
5. Пара- два А, Б, В, Г, Д, Е
6. Слово – фраза А, Б, В, Г, Д, Е
7. Бодрый – вялый А, Б, В, Г, Д, Е
8. Свобода - воля А, Б, В, Г, Д, Е
9. Страна - город А, Б, В, Г, Д, Е

10. Похвала - брань А, Б, В, Г, Д, Е
11. Месть - поджог А, Б, В, Г, Д, Е
12. Десять - число А, Б, В, Г, Д, Е
13. Плакать - реветь А, Б, В, Г, Д, Е
14. Глава-роман А, Б, В, Г, Д, Е
15. Покой - движение А, Б, В, Г, Д, Е
16. Смелость - геройство А, Б, В, Г, Д, Е
17. Прохлада - мороз А, Б, В, Г, Д, Е
18. Обман - недоверие А, Б, В, Г, Д, Е
19. Пение - искусство А, Б, В, Г, Д, Е
20. Тумбочка - шкаф А, Б, В, Г, Д, Е

**Ключ:**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
д	б	е	а	е	а	г	е	в	г	д	б	е	а	г	е	в	д	б	в

Оценка в баллах	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Кол-во прав. ответов	19	18	17	15-16	12-14	10-11	8-9	7	6

**Интерпретация результатов**

Если испытуемый правильно, без особого труда решил все задания и логично объяснил все сопоставления, это дает право заключить, что ему доступно понимание абстракций и сложных логических связей. Наибольшее информативное значение имеют рассуждения испытуемого.

**Практическое занятие № 2**

1. Опишите основные задачи, которые приходится решать представителям Вашей будущей профессии. Определите, какие способности Вам нужно развивать для того, чтобы достичь вершин профессионального мастерства.

2. Разработайте психологические рекомендации по формированию способностей к различным видам деятельности.



3. К каким типам темперамента относятся персонажи, изображенные на карикатуре Х.Бидструпа?

4. Определите тип своего темперамента, используя методику «**Формула темперамента**».

**Цель:** Определить доминирующий тип темперамента и составить "формулу темперамента".

**Инструкция:** тест "Формула темперамента" (А. Белов) определяет насколько Вы по темпераменту холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик. Вам предлагается 80 вопросов, отвечайте "да", если качества для Вас обычны и повседневны. Если качества Вам не присущи, то отвечайте "нет".

#### **Текст вопросов**

Вопросы, определяющие *холерика*:

- 1) Вы неусидчивы и суетливы?
- 2) Вы невыдержанны и вспыльчивы?

- 3) Вы нетерпеливы?
- 4) Вы резки и прямолинейны в отношениях с людьми?
- 5) Вы решительны и инициативны?
- 6) Вы упрямы?
- 7) Вы находчивы в споре?
- 8) Вы работаете рывками?
- 9) Вы склонны к риску?
- 10) Вы незлопамятны?
- 11) Вы обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью?
- 12) Вы неуравновешенны и склонны к горячности?
- 13) Вы агрессивный забияка?
- 14) Вы нетерпимы к недостаткам?
- 15) Вы обладаете выразительной мимикой?
- 16) Вы способны быстро действовать и решать?
- 17) Вы неустанно стремитесь к новому?
- 18) Вы обладаете резкими порывистыми движениями?
- 19) Вы настойчивы в достижении поставленной цели?
- 20) Вы склонны к резким сменам настроения?

Вопросы, определяющие *сангвиника*:

- 21) Вы веселы и жизнерадостны?
- 22) Вы энергичны и деловиты?
- 23) Вы часто не доводите начатое дело до конца?
- 24) Вы склонны переоценивать себя?
- 25) Вы способны быстро схватывать новое?
- 26) Вы неустойчивы в интересах и склонностях?
- 27) Вы легко переживаете неудачи и неприятности?
- 28) Вы легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам?
- 29) Вы с увлечением беретесь за любое новое дело?
- 30) Вы быстро остываете, если дело перестает вас интересовать?
- 31) Вы быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую?
- 32) Вы тяготитесь однообразием будничной кропотливой работы?
- 33) Вы общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми?
- 34) Вы выносливы и работоспособны?
- 35) Вы обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся жестами, выразительной мимикой?
- 36) Вы сохраняете самообладание в неожиданной сложной остановке?
- 37) Вы обладаете всегда бодрым настроением?
- 38) Вы быстро засыпаете и пробуждаетесь?
- 39) Вы часто несобранны, проявляете поспешность в решениях?
- 40) Вы склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться?

Вопросы, определяющие *флегматика*:

- 41) Вы спокойны и хладнокровны?
- 42) Вы последовательны и обстоятельны в делах?
- 43) Вы осторожны и рассудительны?
- 44) Вы умеете ждать?

- 45) Вы молчаливы и не любите попусту болтать?
- 46) Вы обладаете спокойной, равномерной речью, с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции мимики?
- 47) Вы сдержанны и терпеливы?
- 48) Вы доводите начатое дело до конца?
- 49) Вы не растрачиваете попусту сил?
- 50) Вы придерживаетесь выработанного распорядка дня, жизни, системы в работе?
- 51) Вы легко сдерживаете порывы?
- 52) Вы маловосприимчивы к одобрению и порицанию?
- 53) Вы незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес?
- 54) Вы постоянны в своих отношениях и интересах?
- 55) Вы медленно включаетесь в работу и медленно переключаетесь с одного дела на другое?
- 56) Вы ровны в отношениях со всеми?
- 57) Вы любите аккуратность и порядок во всем?
- 58) Вы с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке?
- 59) Вы обладаете выдержкой?
- 60) Вы несколько медлительны?

Вопросы, определяющие *меланхолика*:

- 61) Вы стеснительны и застенчивы?
- 62) Вы теряетесь в новой обстановке?
- 63) Вы затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми?
- 64) Вы не верите в свои силы?
- 65) Вы легко переносите одиночество?
- 66) Вы чувствуете подавленность и растерянность при неудачах?
- 67) Вы склонны уходить в себя?
- 68) Вы быстро утомляетесь?
- 69) Вы обладаете тихой речью?
- 70) Вы невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника?
- 71) Вы впечатлительны до слезливости?
- 72) Вы чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию?
- 73) Вы предъявляете высокие требования к себе и окружающим?
- 74) Вы склонны к подозрительности, мнительности?
- 75) Вы болезненно чувствительны и легко ранимы?
- 76) Вы чрезмерно обидчивы?
- 77) Вы скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями?
- 78) Вы малоактивны и робки?
- 79) Вы уступчивы и покорны?
- 80) Вы стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих?

**Обработка результатов**

Если количество положительных ответов в "паспорте" темперамента того или иного типа 16-20, то это значит, что у вас ярко выражены черты данного темперамента. Если же ответов насчитывается 11-15, значит, качества данного темперамента присущи вам в значительной степени. Если положительных ответов 6-10, то качества данного типа присущи вам совсем в небольшой степени.

## Формула темперамента:

$$\Phi_T = (X \cdot A_x \cdot 100\% / A) + (C \cdot A_c \cdot 100\% / A) + (\Phi \cdot A_\Phi \cdot 100\% / A) + (M \cdot A_m \cdot 100\% / A),$$

где  $\Phi_T$  - формула темперамента, X - холерический темперамент, C - сангвинический темперамент,  $\Phi$  - флегматический темперамент, M - меланхолический темперамент, A - общее число плюсов по всем типам,  $A_x$  - число плюсов в "паспорте холерика",  $A_\Phi$  - число плюсов в "паспорте флегматика",  $A_c$  - число плюсов в "паспорте сангвиника",  $A_m$  - число плюсов в "паспорте меланхолика".

В конечном виде формула темперамента приобретает такой, например, вид:  
 $\Phi_T = 35\%X + 30\%C + 14\%\Phi + 21\%M$ .

Это значит, что данный темперамент на 35% холерический, на 30% сангвинический, на 14% флегматический, на 21% меланхолический. Если относительный результат числа положительных ответов по какому-либо типу составляет 40% и выше, значит, данный тип темперамента является у вас доминирующим, если 30-39%, то качества данного типа выражены средне, если 10-19%, то качества данного темперамента выражены в малой степени.

5. Разработайте множество конкретных ситуаций, ориентированных на актуализацию воли.

6. Дайте названия эмоциям, возникающим в следующих ситуациях:

А) Начальник оскорбительно ругает подчиненного. Б) Рабочий долго выполняет однообразную работу. В) Зрители смотрят спектакль в хорошей постановке.

Г) У электрика перегорел необходимый для работы прибор. Д) Студент получил отличную оценку на экзамене.

7. Определите особенности Вашего характера, используя методику

### «Характерологический опросник К.Леонгарда — Г.Шмишека».

Этот тест предназначен для выявления типа акцентуации характера, т.е. определенного направления характера. Акцентуации рассматриваются как крайний вариант нормы, в чем состоит их главное отличие от психопатий - патологических расстройств личности. Опросник включает в себя 88 вопросов, 10 шкал, соответствующих определенным акцентуациям характера. Первая шкала характеризует личность с высокой жизненной активностью, вторая шкала показывает возбудимую акцентуацию. Третья шкала говорит о глубине эмоциональной жизни испытуемого. Четвертая шкала показывает склонность к педантизму. Пятая шкала выявляет повышенную тревожность, шестая - склонность к перепадам настроения, седьмая шкала говорит о демонстративности поведения испытуемого, восьмая - о неуравновешенности поведения. Девятая шкала показывает степень утомляемости, десятая - силу и выраженность эмоционального реагирования.

**Инструкция:** "Вам будут предложены утверждения, касающиеся Вашего характера. Если Вы согласны с утверждением, рядом с его номером поставьте знак "+" (да), если нет - знак "-" (нет). Над вопросами долго не думайте, правильных и неправильных ответов нет".

При подсчете баллов по каждой шкале опросника К. Леонгарда для стандартизации результатов значение каждой шкалы умножается на определенное число. Это указано в ключе к методике. Акцентуированные личности не являются патологическими. Они характеризуются выделением ярких черт характера.

## КЛЮЧ

1. Г-1 Гипертимые x 3 (умножить значение на 3) + : 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67,

77; — : нет

2. Г-2 Возбудимые x 2 + : 2,15,24,34,37,56,68,78,81; — : 12,46, 59
3. Г-3 Эмотивные x 3 + : 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79; — : 25
4. Г-4 Педантичные x 2 + : 4,14,17,26,39,48,58,61,70,80,83; — :36
5. Г-5 Тревожные x 3 + : 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82; — : 5
6. Г-6 Циклотивные x 3 + : 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84; — : нет
7. Г-7 Демонстративные x 2 + : 7, 19, 22, 29,41,44, 63, 66, 73, 85, 88; — : 51
8. Г-8 Неуравновешенные x 3 + : 8,20,30,42,52,64,74,86; —: нет
9. Г-9 Дистимные x 3 + : 9, 21, 43, 75, 87; —: 31, 53, 65
10. Г-10 Экзальтированные x 6 + : 10, 32, 54, 76; — : нет

### Тесты по определению типов темперамента

1. У Вас чаще веселое и беззаботное настроение?
2. Вы чувствительны к оскорблениям?
3. Бывает ли так, что у Вас на глаза наворачиваются слезы в кино, театре, в беседе и т.п.?
4. Сделав что-то, Вы сомневаетесь, все ли сделано правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь еще раз в том, что все сделано правильно?
5. В детстве Вы были так же смелы, как и Ваши сверстники?
6. Часто ли у Вас резко меняется настроение от состояния безграничного ликования до отвращения к жизни, к себе?
7. Являетесь ли Вы обычно центром внимания в обществе, компании?
8. Бывает ли так, что Вы беспричинно находитесь в таком ворчливом настроении, что с Вами лучше не разговаривать?
9. Вы серьезный человек?
10. Способны ли Вы восторгаться, восхищаться чем-то?
11. Предприимчивы ли Вы?
12. Вы быстро забываете, если Вас кто-то обидел?
13. Мягкосердечны ли Вы?
14. Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли Вы, проводя рукой по щели ящика, что письмо полностью упало в него?
15. Стремитесь ли Вы всегда считаться в числе лучших работников?
16. Бывало ли Вам страшно в детстве во время грозы или при встрече с незнакомой собакой (а может быть, такое чувство бывает и теперь, в зрелом возрасте)?
17. Стремитесь ли Вы во всем и всюду соблюдать порядок?
18. Зависит ли Ваше настроение от внешних факторов?
19. Любят ли Вас Ваши знакомые?
20. Часто ли у Вас бывает чувство внутреннего беспокойства, ощущение возможной беды, неприятности?
21. У Вас часто несколько подавленное настроение?
22. Бывали ли у Вас хотя бы один раз истерика или нервный срыв?
23. Трудно ли Вам долго усидеть на одном месте?
24. Если по отношению к Вам несправедливо поступили, энергично ли Вы отстаиваете свои интересы?
25. Можете ли Вы зарезать курицу или овцу?
26. Раздражает ли Вас, если дома занавес или скатерть висят неровно, или Вы сразу же стараетесь поправить их?
27. Вы в детстве боялись оставаться один в доме?
28. Часто ли у Вас бывают колебания настроения?

29. Всегда ли Вы стремитесь быть достаточно сильным работником в своей профессии?
30. Быстро ли Вы начинаете сердиться или впадать в гнев?
31. Можете ли Вы быть абсолютно, беззаботно веселым?
32. Бывает ли так, что ощущение безграничного счастья буквально пронизывает Вас?
33. Как вы думаете, получился бы из Вас ведущий в юмористическом спектакле?
34. Вы обычно высказываете свое мнение людям достаточно откровенно, прямо и недвусмысленно?
35. Вам трудно переносить вид крови? Не вызывает ли это у Вас неприятных ощущений?
36. Вы любите работу с высокой личной ответственностью?
37. Склонны ли Вы выступать в защиту лиц, по отношению к которым поступили несправедливо?
38. В темный подвал Вам трудно, страшно спускаться?
39. Предпочитаете ли Вы работу такой, где действовать надо быстро, но требования к качеству выполнения невысоки?
40. Общительны ли Вы?
41. В школе Вы охотно декламировали стихи?
42. Убегали ли Вы в детстве из дома?
43. Кажется ли Вам жизнь трудной?
44. Бывает ли так, что после конфликта, обиды Вы были до того расстроены, что идти на работу казалось невыносимым?
45. Можно ли сказать, что при неудаче Вы не теряете чувства юмора?
  
46. Предприняли бы Вы первые шаги к примирению, если Вас кто-то обидел?
47. Вы очень любите животных?
48. Возвращаетесь ли Вы убедиться, что оставили дом или рабочее место в таком состоянии, что там ничего не случится?
49. Преследует ли Вас иногда неясная мысль, что с Вами и Вашими близкими может случиться что-то страшное?
50. Считаете ли Вы, что Ваше настроение очень изменчиво?
51. Трудно ли Вам докладывать (выступать на сцене) перед большим количеством людей?
52. Вы можете ударить обидчика, если он Вас оскорбит?
53. У Вас очень велика потребность в общении с другими людьми?
54. Вы относитесь к тем, кто при каких-либо разочарованиях впадает в глубокое отчаяние?
55. Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности?
56. Настойчиво ли Вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий?
57. Может ли трагический фильм взволновать Вас так, что на глазах выступают слезы?
58. Часто ли бывает Вам трудно уснуть из-за того, что проблемы прожитого дня или будущего все время крутятся в Ваших мыслях?
59. В школе Вы иногда подсказывали своим товарищам или давали списывать?
60. Потребуется ли Вам большое напряжение воли, чтобы пройти одному через кладбище?
61. Тщательно ли Вы следите за тем, чтобы каждая вещь в вашей квартире была всегда на одном и том же месте?

62. Бывает ли так, что будучи перед сном в хорошем настроении, Вы на следующий день встаете в подавленном, длящемся несколько часов?
63. Легко ли Вы привыкаете к новым ситуациям?
64. Бывают ли у Вас головные боли?
65. Вы часто смеетесь?
66. Можете ли Вы быть приветливым даже с тем, кого Вы явно не цените, не любите, не уважаете?
67. Вы подвижный человек?
68. Вы очень переживаете из-за несправедливости?
69. Вы настолько любите природу, что можете назвать ее другом?
70. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли Вы, закрыт ли газ, погашен ли свет, заперты ли двери?
71. Вы очень боязливы?
72. Изменяется ли ваше настроение при приеме алкоголя?
73. В Вашей молодости Вы охотно участвовали в кружке художественной самодеятельности?
74. Вы расцениваете жизнь несколько пессимистически, без ожидания радости?
75. Часто ли Вас тянет путешествовать?
76. Может ли Ваше настроение измениться так резко, что состояние радости вдруг сменяется угрюмым и подавленным?
77. Легко ли Вам поднять настроение друзей в компании?
78. Долго ли Вы переживаете обиду?
79. Долго ли Вы переживаете горести других людей?
80. Часто ли, будучи школьником, Вы переписывали страницу в Вашей тетради, если случайно оставили в ней кляксу?
81. Относите ли Вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью?
82. Часто ли Вы видите страшные сны?
83. Бывает ли, что Вы остерегаетесь того, что броситесь под колеса проходящего поезда или, стоя у окна многоэтажного дома, остерегаетесь того, что можете внезапно выпасть из окна?
84. В веселой компании Вы обычно веселы?
85. Способны ли Вы отвлечься от трудных проблем, требующих решения?
86. Вы становитесь менее сдержанным и чувствуете себя более свободно, приняв алкоголь?
87. В беседе Вы скудны на слова?
88. Если бы Вам необходимо играть на сцене. Вы смогли бы войти в роль, чтобы позабыть о том, что это только игра?

### **Практическое занятие № 3**

1. Проведите ролевую игру «Интервью», направленную на развитие навыков вербального общения.

#### **Ролевая игра «Интервью»**

Участники разбиваются на 2 группы: первая — журналисты, которые берут интервью, во второй группе каждый выбирает, кем он будет, чью роль возьмет (спортсмен, митрополит, бизнесмен и пр.) и, исходя из своей роли, должен будет отвечать на вопросы журналистов в течение 3 – 5 минут. В заключении обсуждают: «Легко ли было общаться, исходя из определенной роли? Какие переживания и мысли возникли во время выполнения упражнения? Что оно помогло понять?»

2. Как месторасположение участников общения влияет на успешность

деятельности? Приведите примеры размещения участников общения.

3. Заполните таблицу «Значение некоторых жестов и поз».

№	Жесты, позы	Состояния
1.	Раскрытые руки ладонями вверх	
2.	Расстегнут пиджак	
3.	Руки спрятаны (за спину, в карманы)	
4.	Руки скрещены на груди	
5.	Медленно снимает очки, тщательно протирает стекла	
6.	Прикрывает рот рукой во время своего высказывания	
7.	Говорящий слегка коснулся носа или века рукой	
8.	При рукопожатии руку держит сверху	
9.	Говорящий жестикулирует сжатым кулаком	

4. Определите свой общения, используя методику "Ваш стиль общения".

У каждого человека существует излюбленная манера общения — то, что обычно называют стилем общения. Ваш стиль общения поможет определить данный тест. На каждый из 20 вопросов даны три варианта ответов: отметьте тот, который вас устраивает. Если ни один ответ вам не подходит, переходите к следующему вопросу.

I. Склонны ли вы искать пути примирения после очередного служебного конфликта?

1. Всегда.
2. Иногда.
3. Никогда.

II. Как вы ведете себя в критической ситуации?

1. Внутренне «кипите».
2. Сохраняете полное спокойствие.
3. Теряете самообладание.

III. Каким считают вас коллеги?

1. Самоуверенным и завистливым.
2. Дружелюбным.
3. Спокойным и независимым.

IV. Как вы отреагируете, если вам предложат ответственную должность?

1. Примете ее с некоторыми опасениями.
2. Согласитесь без колебаний.
3. Откажетесь от нее ради собственного спокойствия.

V. Как вы будете себя вести, если кто-то из коллег без разрешения возьмет с вашего стола бумагу?

1. Выдадите ему «по первое число».
2. Заставите вернуть.
3. Спросите, не нужно ли ему еще что-нибудь.

VI. Какими словами вы встретите мужа (жену), если он (она) вернулся (вернулась) с работы позже обычного?

1. Что тебя так задержало?

2. Где ты торчишь допоздна?

3. Я уже начал(а) волноваться.

VII. Как вы ведете себя за рулем автомобиля?

1. Стараетесь обогнать машину, которая «показала вам хвост».

2. Вам все равно, сколько автомобилей вас обогнало.

3. Помчитесь с такой скоростью, чтобы никто не догнал вас.

VIII. Какими вы считаете свои взгляды на жизнь?

1. Сбалансированными.

2. Легкомысленными.

3. Крайне «жесткими».

IX. Что вы предпринимаете, если не все удастся?

1. Пытаетесь свалить вину на другого.

2. Смиряетесь.

3. Становитесь впредь осторожнее.

X. Как вы реагируете на фельетон о случаях распущенности в среде современной молодежи?

1. Пора бы уже запретить молодежи такие развлечения.

2. Надо создать ей возможность организованно и культурно отдыхать.

3. И чего мы с ней возимся?

XI. Что вы ощущаете, если должность, которую вы хотели занять, досталась другому?

1. И зачем только я на это нервы тратил(а)?

2. Видно, этот человек начальнику приятнее.

3. Может быть, мне это удастся в другой раз.

XII. Какие чувства вы испытываете, когда смотрите страшный фильм?

1. Чувство страха.

2. Скучаете.

3. Получаете искреннее удовольствие.

XIII. Как вы будете себя вести, если образовалась «дорожная пробка» и вы опоздали на важное совещание?

1. Будете нервничать во время заседания.

2. Попытаетесь вызвать снисходительность партнеров.

3. Огорчитесь.

XIV. Как вы относитесь к своим спортивным успехам?

1. Обязательно стараетесь выиграть.

2. Цените удовольствие почувствовать себя вновь молодым.

3. Очень сердитесь, если проигрываете.

XV. Как вы поступите, если вас плохо обслужили в ресторане?

1. Стерпите, избегая скандала.

2. Вызовете метрдотеля и сделаете ему замечание.

3. Отправитесь с жалобой к директору ресторана.

XVI. Как вы поступите, если вашего ребенка обидели в школе?

1. Поговорите с учителем.

2. Устроите скандал родителям.

3. Посоветуете ребенку дать сдачи.

XVII. Какой вы человек?

1. Средний.

2. Самоуверенный.

3. Пробивной.

XVIII. Что вы скажете подчиненному, с которым столкнулись в дверях?

1. Простите, это моя вина.

2. Ничего, пустяки.

3. А повнимательнее вы не можете быть?

XIX. Ваша реакция на статью в газете о хулиганстве в среде молодежи?

1. Когда же, наконец, будут приняты конкретные меры?

2. Надо бы ввести суровые наказания!

3. Нельзя же все валить на молодежь, виноваты и воспитатели!

XX. Какое животное вы любите?

1. Тигра.

2. Домашнюю кошку.

3. Медведя.

### Результат

Напротив вопроса (пронумерованного римскими цифрами) в вертикальной колонке находится тот ответ, который вы подчеркнули. Определите его оценку в баллах. Баллы просуммируйте.

Если вы не выбрали ответ из предложенных вариантов, то по данному вопросу вы набрали 0 баллов.

35 — 44 балла. Вы умеренно агрессивны, вам сопутствует успех в жизни, поскольку у вас достаточно здорового честолюбия. К критике относитесь доброжелательно, если она деловая и без претензий.

45 баллов и более. Вы излишне агрессивны и неуравновешенны, нередко бываете чрезмерно жестким по отношению к другим людям. Надеетесь дойти до управленческих «верхов», рассчитывая на свои силы. Добиваясь успеха в какой-либо области, можете пожертвовать интересами окружающих. К критике относитесь двойственно: критику «сверху» принимаете, а критику «снизу» воспринимаете болезненно, порой небрежно. Можете преследовать критиков «снизу».

34 балла и менее. Вы чрезмерно миролюбивы, что обусловлено недостаточной уверенностью в собственных силах и возможностях. Это, конечно, не значит, что вы греетесь под любым ветерком. И все же побольше решительности вам не помешает! К критике «снизу» относитесь доброжелательно, но побаиваетесь критики «сверху». Если по семи и более вопросам вы набрали по три балла и менее чем по семи вопросам — по одному баллу, то ваша агрессивность носит скорее разрушительный, чем конструктивный характер. Вы склонны к непродуманным поступкам и ожесточенным дискуссиям. Относитесь к людям пренебрежительно и своим поведением провоцируете конфликтные ситуации, которых вполне могли бы избежать.

Если по семи и более вопросам вы получили по одному баллу и менее чем по семи вопросам — по три балла, то вы чрезмерно замкнуты. Это не значит, что вам не присущи вспышки агрессивности, просто вы их тщательно подавляете.

Вариант ответа	БАЛЛЫ ЗА ОТВЕТЫ																			
	ВОПРОСЫ																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	3	1	2	1	1	1	1	2	3
2	2	1	2	3	2	3	1	1	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	1	2

3	3	3	1	1	1	1	3	3	1	2	3	1	2	1	2	3	2	2	3	1
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

#### Практическое занятие № 4

1. Определите Вашу стратегию поведения в конфликтной ситуации, используя «Тест на определение варианта выхода из конфликтной ситуации (тест К. Томаса)».

Для описания типов поведения людей в конфликтах (точнее, в конфликте интересов) К. Томас считает применимой двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими в которой являются кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в ситуацию, и напористость, для которой характерен акцент на собственных интересах.

Выделяется пять способов регулирования конфликтов, обозначенные в соответствии с двумя основополагающими измерениями (кооперация и напористость):

Соревнование (конкуренция) — стремление добиться своих интересов в ущерб другому.

Приспособление — принесение в жертву собственных интересов ради другого.

Компромисс — соглашение на основе взаимных уступок; предложение варианта, снимающего возникшее противоречие.

Избегание — отсутствие стремления к кооперации и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.

Сотрудничество — участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

В своем опроснике по выявлению типичных форм поведения К.Томас описывает каждый из пяти перечисленных возможных вариантов 12 суждениями о поведении индивида в конфликтной ситуации. В различных сочетаниях они сгруппированы в 30 пар, в каждой из которых респонденту предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения.

#### Текст опросника

Инструкция: Перед вами ряд утверждений, которые помогут определить некоторые особенности вашего поведения. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать свое мнение.

Имеются два варианта, А и В, из которых вы должны выбрать один, в большей степени соответствующий вашим взглядам, вашему мнению о себе. Отвечать надо как можно быстрее.

1. 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.

2. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Я пытаюсь уладить дело с учетом всех интересов другого и моих собственных.

3. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

4. А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

5. А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

6. А. Я пытаюсь избежать неприятностей для себя. В. Я стараюсь добиться своего.

7. 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.
8. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.  
В. Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы.
9. А. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.  
В. Я прилагаю усилия, чтобы добиться своего.
10. А. Я твердо стремлюсь достичь своего.  
В. Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11. А. Первым делом я стараюсь ясно определить, в чем состоят все затронутые спорные вопросы.  
В. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.
12. 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 навстречу мне.
13. А. Я предлагаю среднюю позицию.  
В. Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.
14. А. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.  
В. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.
15. А. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.  
В. Я стараюсь сделать так, чтобы избежать напряженности.
16. А. Я стараюсь не задеть чувств другого.  
В. Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17. А. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.  
В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18. А. Если это сделает другого счастливым, дам ему возможность настоять на своем.  
В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.
19. 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.
20. А. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.  
В. Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для обеих сторон.
21. А. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.  
В. Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы и их совместному решению.
22. А. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.  
В. Я отстаиваю свои желания.
23. 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.
24. А. Если позиция другого кажется мне очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.  
В. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

25. А. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.  
В. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.
26. А. Я предлагаю среднюю позицию.  
В. Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.
27. А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.  
В. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
28. А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.  
В. Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.
29. А. Я предлагаю среднюю позицию.  
В. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.
30. А. Я стараюсь не задеть чувств другого.  
В. Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы совместно с другим человеком могли добиться успеха.

#### **Ключ к опроснику**

1. Соперничество: 3А, 6В, 8А, 9В, 10А, 13В, 14В, 16В, 17А, 22В, 25А, 28А.
2. Сотрудничество: 2В, 5А, 8В, ПА, 14А, 19А, 20А, 21В, 23В, 26В, 28В, 30В.
3. Компромисс: 2А, 4А, 7В, 10В, 12В, 13А, 18В, 22А, 23А, 24В, 26А, 29А.
4. Избегание: 1А, 5В, 6А, 7А, 9А, 12А, 15В, 17В, 19В, 20В, 27А, 29В.
5. Приспособление: 1В, 3В, 4В, 11В, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25В, 27В, 30А.

#### **Обработка результатов**

В ключе каждый ответ А или В дает представление о количественном выражении: соперничества, сотрудничества, компромисса, избегания и приспособления. Если ответ совпадает с указанным в ключе, ему присваивается значение 1, если не совпадает, то присваивается значение 0. Количество баллов, набранных индивидом по каждой шкале, дает представление о выраженности у него тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях. Для обработки результатов удобно использовать маску.

2. Установите соответствие факторов конфликта с их составляющими:

- 1) объективные факторы конфликта;
- 2) субъективные факторы конфликта.
  - а) характерологические особенности личности;
  - б) ограниченность ресурсов;
  - в) искаженное восприятие ситуации;
  - г) предупреждения и иллюзии;
  - д) особенности психического состояния;
  - е) статусно – ролевые позиции;
  - ж) отношения господства – подчинения.

3. На конкретном примере разработайте модель переговорного процесса.

### **3.3. Критерии оценивания**

#### **Критерии оценки для тестирования:**

- «5» - 85-100% верных ответов
- «4» - 69-84% верных ответов
- «3» - 51-68% верных ответов
- «2» - 50% и менее

### **Критерии оценивания практической/лабораторной работы:**

Оценка «5» ставится, если учащийся выполняет работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности, все этапы работы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов, соблюдает требования правил техники безопасности, правильно и аккуратно выполняет все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, правильно выполняет анализ погрешностей.

Оценка «4» ставится, если выполнены все требования к оценке «5», но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета

Оценка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной ее части позволяет получить правильный результат и вывод, или если в ходе проведения опыта и измерения были допущены ошибки

Оценка «2» ставится, если работа выполнена не полностью, или объем выполненной части работы не позволяет сделать правильных выводов, или если опыты, измерения, вычисления, наблюдения производились неправильно.

### **Критерии оценки результатов выполнения внеаудиторной (самостоятельной) работы**

Работа выполнена полностью, демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять, последовательно и правильно выполнены все задания, сделаны выводы.

Оценка «5» - «отлично» выставляется, если работа выполнена полностью; демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; последовательно, правильно выполнены все задания; демонстрируется умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

Оценка «4» - «хорошо» выставляется, если работа выполнена полностью; демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; последовательно, правильно выполнены все задания; возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; демонстрируется умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

Оценка «3» - «удовлетворительно» выставляется, если студент демонстрирует затруднения с комплексным выполнением работы; неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; выполняет задания при подсказке преподавателя; затрудняется в формулировке выводов.

Оценка «2» - «неудовлетворительно» выставляется, если работа не выполнена или выполнена неправильно; дана неправильная оценка предложенной ситуации; отсутствует теоретическое обоснование выполнения заданий.

## **3.4. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации**

### **Вариант 1.**

*Инструкция: выберите один вариант правильного ответа.*

1. Самая важная и охраняемая человеком пространственная зона:
  - а) общественная
  - б) личная
  - в) социальная
  - г) интимная
2. Взаимодействие между собеседниками называется...
  - а) коммуникацией
  - б) перцепцией
  - в) интеракцией
  - г) рефлексией
3. Общение с помощью слов называется...
  - а) вербальным

- б) межличностным
  - в) внутриличностным
  - г) невербальным
4. К числу конфликтогенов можно отнести...
- а) приказы, угрозы, критику
  - б) навязывание своих ответов
  - в) снисходительный тон, хвастовство
  - г) все ответы верны
5. Что не способствует успеху делового общения?
- а) проявлять искренность и доброжелательность
  - б) учитывать интересы собеседника
  - в) говорить только о себе
  - г) находить общее с собеседником
6. Инцидент - это...
- а) накопившиеся противоречия, содержащие истинную причину конфликта
  - б) внешнее согласие с мнением группы при внутреннем несогласии
  - в) стечение обстоятельств, являющихся поводом для конфликта
  - г) отсутствие коммуникации
7. Силь взаимодействия в конфликте, при котором субъекты конфликта ориентированы на определенные уступки, называется...
- а) сотрудничество
  - б) приспособление
  - в) соперничество
  - г) компромисс
  - д) уклонение
8. Способ понимания человека через способность представить, как он воспринимается партнером по общению:
- а) рефлексия
  - б) идентификация
  - в) эмпатия
  - г) стереотипизация
9. Укажите название позиции партнера по общению, состояние психики которого воспроизводит социальные оценки, опекающие и контролирующие процессы и действия с точки зрения их целесообразности для человека:
- а) родителя
  - б) ребенка
  - в) взрослого
  - г) неучастия
10. Прием активного слушания, предполагающий воспроизведение мысли собеседника своими словами:
- а) резюмирование
  - б) перефразирование
  - в) развитие идеи
  - г) все варианты верны
11. Феномен восприятия, связанный с влиянием информации о человеке, идущей последней:
- а) «эффект новизны»
  - б) «эффект установки»
  - в) «эффект ореола»
  - г) все варианты верны
12. Расставленные руки и ноги, расстегнутый пиджак или жакет, означают:
- а) открытую враждебность
  - б) открытость, доброжелательность
  - в) скрытую неприязнь

- г) огорчение
13. Каузальной атрибуцией называется...
- а) приписывание себе чужих достоинств
  - б) приписывание другим своих достоинств
  - в) придумывание вымышленных причин своего поведения
  - г) объяснение мотивов поведения других людей
14. Обращение к человеку по имени...
- а) настораживает его
  - б) удовлетворяет его потребность в самоутверждении
  - в) вызывает у него внутренний протест
  - г) никак не влияет на отношение к собеседнику
15. Конфликт - это...
- а) форма коммуникации
  - б) форма межличностной перцепции
  - в) форма взаимодействия
  - г) структура личности
16. Трудности при выполнении определенной социальной роли вызывают...
- а) ролевой конфликт
  - б) ролевое напряжение
  - в) неадекватное поведение личности
  - г) все варианты верны
17. Первое правило самоконтроля эмоций заключается в:
- а) спокойной реакции на эмоциональные действия партнера
  - б) переводе темы разговора
  - в) отвлечении от ненужной информации
  - г) установка на рациональное восприятие соперника
  - д) попытке понять мотивы соперника.
18. Ровен в поведении, не принимает скоропалительных решений, медленно переключается с одного вида деятельности на другой, малоактивен:
- а) сангвиник
  - б) флегматик
  - в) холерик
  - г) меланхолик
19. Аргументы применяют с целью:
- а) победы в споре
  - б) доказательств своего превосходства
  - в) уговоров партнера что-либо сделать
  - г) защиты своих взглядов и намерений
20. Похлопывание по плечу возможно при...
- а) моральной поддержке человека
  - б) равенстве социального положения участников общения
  - в) поддержке оптимальной близости между партнерами по общению
  - г) встрече с коллегами по работе

## **Вариант 2.**

**Инструкция:** выберите один вариант правильного ответа.

1. Восприятие, понимание и оценка людьми друг друга называется...
- а) рефлексией
  - б) перцепцией
  - в) коммуникацией
  - г) интеракцией
2. Общение, направленное на получение какой-либо выгоды от человек, называется...
- а) деловым

- б) формально-ролевым
  - в) дружеским
  - г) манипулятивным
3. Что может привести к возникновению конфликтной ситуации?
- а) не употреблять конфликтогенов
  - б) проявлять эмпатию к собеседнику
  - в) говорить с собеседником снисходительным тоном
  - г) не отвечать конфликтогеном на конфликтоген
4. Какая позиция соответствует эффективному деловому общению?
- а) в процессе общения собеседник занят своими мыслями, переживаниями
  - б) в ходе общения собеседнику предоставляется возможность полностью изложить свою точку зрения на решаемую проблему
  - в) собеседник слышит только то, что хочет слышать
  - г) в процессе общения лучшим собеседником является тот, кто умеет хорошо говорить
5. Механизм восприятия человека через уподобление себя другому человеку, называется...
- а) идентификация
  - б) рефлексия
  - в) стереотипизация
  - г) эмпатия
6. Рука, поданная ладонью вверх, означает...
- а) партнерские отношения
  - б) стремление к подчинению
  - в) сомнение
  - г) признание превосходства
7. Столкновение между людьми в силу несовместимости их интересов, ценностей, личностных качеств, называется...
- а) социально-бытовой конфликт
  - б) внутриличностный конфликт
  - в) политический конфликт
  - г) межличностный конфликт
8. Стиль взаимодействия в конфликте, целью которого является долгосрочное взаимовыгодное решение, предполагает равенство интересов, взаимоуважение, взаимопонимание, называется...
- а) сотрудничество
  - б) приспособление
  - в) уклонение
  - г) соперничество
  - д) компромисс
9. Укажите название зоны общения, в которую допускаются лишь близкие, хорошо знакомые люди?
- а) социальная
  - б) личная или персональная
  - в) интимная
  - г) публичная
10. Определите название позиции партнера по общению, состояние психики которого воспроизводит мысли и реакции, бывшие у индивида в раннем детстве.
- а) родителя
  - б) ребенка
  - в) взрослого
  - г) неучастия
11. Коммуникационная изоляция личности приводит...
- а) к психическим деформациям
  - б) к самоактуализации

- в) к социализации
  - г) все варианты верны
12. К внутренним помехам слушания относится...
- а) размышления на посторонние темы
  - б) недостаточно громкая речь собеседника
  - в) отвлекающая манера собеседника, его манеры
  - г) шум транспорта, заглядывание посторонних в кабинет
13. Приписывание другому человеку собственных свойств называется...
- а) оцениванием
  - б) внушением
  - в) проекцией
  - г) идентификацией
14. Столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций – это...
- а) кооперация
  - б) консолидация
  - в) конфликт
  - г) дискуссия
15. Что не способствует успеху делового общения?
- а) учитывать мнение собеседника
  - б) говорить только о себе
  - в) видеть положительное в собеседнике
  - г) проявлять искренность и доброжелательность
16. Модель поведения, ориентированная на конкретный статус, это...
- а) правилами поведения
  - б) социальной ролью
  - в) нормативной ролью
  - г) все варианты не верны
17. Второе правило самоконтроля эмоций заключается в...
- а) установке на рациональное восприятие соперника;
  - б) обмену содержанием эмоциональных переживаний в процессе спокойного общения;
  - в) в переводе темы разговора;
  - г) отвлечении от ненужной информации;
  - д) спокойной реакции на эмоциональные действия соперника.
18. Быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы:
- а) сангвиник
  - б) флегматик
  - в) холерик
  - г) меланхолик
19. В основе законов аргументации и убеждения лежит:
- а) принуждение
  - б) понимание
  - в) заинтересованность
  - г) критика
20. Какое средство невербального общения слушающего поощряет говорящего к продолжению разговора?
- а) увеличение дистанции слушающим собеседником
  - б) очень широкая улыбка
  - в) заинтересованный взгляд с нечастыми кивками головой
  - г) частый отвод взгляда в сторону

### **Вариант 3.**

**Инструкция:** выберите один вариант правильного ответа.

1. Обмен информацией, передача и прием знаний, сообщений, называется...
  - а) интеракцией
  - б) перцепцией
  - в) коммуникацией
  - г) рефлексией
2. Способ понимания человека путем отнесения его к известным социальным образцам, называется...
  - а) эмпатией
  - б) стереотипизацией
  - в) рефлексией
  - г) идентификацией
3. Общение двух и более людей называется...
  - а) межличностным
  - б) внутриличностным
  - в) вербальным
  - г) массовым
4. Взгляд партнера в процессе делового общения сверху вниз указывает на:
  - а) неуверенность
  - б) превосходство и гордость
  - в) скрытое наблюдение
  - г) сомнение
5. Конфликт, возникающий между преподавателем и обучающимся, называется...
  - а) межличностный конфликт
  - б) конфликт между личностью и группой
  - в) внутриличностный конфликт
  - г) межгрупповой
6. Укажите название позиции партнера по общению, состояние психики которого воспроизводит социальные оценки, опекающие и контролирующие процессы и действия с точки зрения их целесообразности для человека.
  - а) родителя
  - б) ребенка
  - в) взрослого
  - г) неучастия
7. Конфликтная ситуация – это...
  - а) стечение обстоятельств, являющихся поводом для конфликта
  - б) накопившиеся противоречия, содержащие истинную причину конфликта
  - в) столкновение равных по силе, но противоположных по направлению интересов, мотивов поведения и др.
  - г) отсутствие коммуникации
8. Определите, при каком виде общения вклиниваются промежуточные звенья в виде третьего лица, механизма, вещи.
  - а) кратковременное
  - б) непосредственное
  - в) лично-групповое
  - г) опосредованное
  - д) долговременное
9. Стиль взаимодействия в конфликте, при котором отстаиваются только собственные интересы без учета интересов другой стороны, называется...
  - а) сотрудничество
  - б) приспособление
  - в) соперничество
  - г) уклонение
  - д) компромисс

10. Информация в общении передается...
- а) с помощью знаковых систем
  - б) с помощью невербальных сигналов
  - в) с помощью паралингвистических средств
  - г) все варианты верны
11. Какая позиция соответствует эффективному деловому общению?
- а) собеседник слышит только то, что хочет слышать
  - б) в процессе общения собеседник занят своими мыслями, переживаниями
  - в) в процессе общения лучшим собеседником является тот, кто умеет хорошо говорить
  - г) лучшим собеседником является тот, кто умеет хорошо слушать
12. Сжатые кулаки означают...
- а) внутреннее возбуждение, агрессивность
  - б) стремление уйти от проблемы
  - в) симпатию к собеседнику
  - г) спокойствие
13. Фатическое общение – это...
- а) обсуждение серьезных вопросов
  - б) деловое общение
  - в) пустая болтовня
  - г) общение с глазу на глаз
14. «Эффект ореола» - это...
- а) распространение первого впечатления на все свойства человека
  - б) влияние мнений других людей на восприятие
  - в) воздействие прошлого опыта на восприятие новых людей
  - г) влияние самочувствия на восприятие
15. Возникновение при восприятии человека человеком привлекательности – это...
- а) сочувствие
  - б) сострадание
  - в) кооперация
  - г) аттракция
16. Поведение, вытекающее из социального статуса человека и ожидаемое окружающими, называется ...
- а) правилами поведения
  - б) социальной ролью
  - в) нормативной ролью
  - г) все варианты не верны
17. Третье правило самоконтроля эмоций заключается в...
- а) поддержание высокой самооценки у себя и всяческое унижение, критика соперника
  - б) поддержание высокой самооценки только у себя
  - в) поддержание высокой самооценки только у партнера
  - г) поддержании высокой самооценки в процессе общения у себя и у партнера
  - д) поддержание высокой самооценки в глазах соперника.
18. Слишком впечатлителен, отзывчив и легкораним, медленно осваивается и привыкает к переменам, стеснителен, боязлив, нерешителен:
- а) сангвиник
  - б) флегматик
  - в) холерик
  - г) меланхолик
19. Сила (слабость) аргументов в ходе беседы определяется:
- а) с позиции говорящего (аргументирующего)
  - б) с позиции лица, принимающего решения
  - в) всеми участниками беседы

- г) сторонними наблюдателями
20. Какой из перечисленных факторов может отрицательно повлиять на атмосферу общения при первой встрече?
- а) очки с затемненными стеклами
  - б) располагающий взгляд
  - в) доброжелательная улыбка
  - г) строгий деловой костюм

### Психологические задачи к практическим занятиям

#### Вариант 1.

1. Ориентируясь на психологические особенности партнера, напишите максимальное количество рекомендаций по оптимизации межличностного взаимодействия в данной ситуации:

В коммунальной квартире проживает множество людей, среди которых пожилая женщина, отличающаяся такими чертами как раздражительность, сварливость, недовольство окружающими. Из-за ее вспыльчивости ежедневно возникают конфликты с соседями.

2. Определите феномен межличностного влияния (убеждение, психологическое заражение, внушение). Аргументируйте свой ответ.

Дети в детском саду. Ясельная группа. Утро. Все дети слушают сказку, которую им читает воспитатель. Мама привела ребенка, который еще не адаптировался к детскому саду. Ребенок плачет в приемной. Мама уходит. Ребенка заводят в группу, он начинает рыдать еще сильнее. Один из детей увидел это и тоже заплакал. Затем заплакали еще двое. Через 10 минут плакала почти вся ясельная группа.

3. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

У вас создались натянутые отношения с коллегой. Допустим, что причины этого вам не совсем ясны, но Вы хотите нормализовать отношения, чтобы не страдала работа. Что бы Вы предприняли в первую очередь.

а. Открыто вызову коллегу на откровенный разговор, чтобы выяснить истинные причины натянутых взаимоотношений

б. Прежде всего попытаюсь разобраться в собственном поведении по отношению к нему.

в. Обращусь к коллеге со словами: "От наших натянутых отношений страдает дело, пора договориться, как работать дальше"

г. Обращусь к другим коллегам, которые в курсе наших взаимоотношений и могут быть посредниками в их нормализации

4. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Ваш подчиненный, зрелый и талантливый специалист творческого типа, обладает статусом и личностными достижениями, пользуется большой популярностью у деловых партнеров, решает любые проблемы и великолепно взаимодействует в коллективе. Вместе с тем у вас не сложились отношения с этим работником. Он не воспринимает вас как руководителя, ведет себя достаточно самоуверенно и амбициозно.

В его работе вы нашли некоторые недочеты и решили высказать ему критические замечания, однако ваш предыдущий опыт свидетельствует о его негативной реакции на критику: он становится раздражительным и настороженным.

Как себя вести?

5. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Ваш заместитель очень опытный специалист, он действительно знает работу как «свои пять пальцев», практически он незаменим, когда он рядом, вы уверены, что все будет хорошо. Однако вы знаете, что он бесчувственный человек и никакие «человеческие» проблемы его не интересуют. От этого в коллективе в последнее время стало тревожно, некоторые коллеги собираются подать заявления об уходе, так как он их обидел. Вы пытались в неформальной беседе с ним обсудить это, но он даже не понимает, о чем вы говорите, его интересует только выполнение работы.

Как нужно воздействовать на своего заместителя, чтобы изменить его стиль взаимодействия с персоналом? Что вы предпримете?

Вариант 2.

1. Ориентируясь на психологические особенности партнера, напишите максимальное количество рекомендаций по оптимизации межличностного взаимодействия в данной ситуации:

С начала семестра студент чувствует неприязнь со стороны преподавателя, который игнорирует его на занятиях, занижает оценки за ответы. Студент беспокоится о предстоящем экзамене.

2. Определите феномен межличностного влияния (убеждение, психологическое заражение, внушение). Аргументируйте свой ответ.

Подчиненный обращается к начальнику: "Сергей Васильевич, я заинтересован в том, чтобы наша компания была одной из самых лучших на рынке, и думаю, Вы со мной согласитесь, что многое зависит от атмосферы внутри коллектива, от того, насколько согласованно мы все действуем и как относимся к своей работе. В последний месяц мы работаем без выходных, так как много заказов, и внутри коллектива чувствуется сильное напряжение, все работают без особого желания, участились конфликты, результативность от этого хуже. Мы просим Вас, как нашего руководителя, дать нам два выходных дня, чтобы мы восстановили свои силы и после отдыха работали в несколько раз лучше". - "Хорошо, эти выходные все будут отдыхать".

3. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Между двумя сотрудниками возник конфликт, который мешает успешно работать. Каждый из них в отдельности обращается к непосредственному начальнику с просьбой разобраться и поддержать его позицию.

Как наиболее эффективно разрешить данную ситуацию?

4. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Вслед за кратким выговором вы сказали работнику несколько приятных слов. Наблюдая за партнером, вы заметили, что его лицо, поначалу несколько напряженное, быстро повеселело. К тому же он начал весело шутить и балагурить, рассказал пару свежих анекдотов и историю, которая произошла сегодня у него в доме.

В конце разговора вы поняли, что критика, с которой вы начали разговор, не только не была воспринята, но и как бы забыта. Вероятно, он услышал только приятную часть разговора.

Что вы предпримете?

5. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Вы приняли на работу молодого специалиста (только что окончившего колледж), который превосходно справляется с работой. Вместе с тем он резок и заносчив в общении с другими членами команды. Вы каждый день получаете такого рода сигналы.

Какие замечания и каким образом необходимо сделать молодому специалисту, чтобы изменить его стиль общения в коллективе?

### Вариант 3.

1. Ориентируясь на психологические особенности партнера, напишите максимальное количество рекомендаций по оптимизации межличностного взаимодействия в данной ситуации:

Начинающий сотрудник фирмы считает, что начальник не доверяет ему серьезных дел, скептически относится к его предложениям, иногда позволяет себе грубые высказывания в его адрес.

2. Определите феномен межличностного влияния (убеждение, психологическое заражение, внушение). Аргументируйте свой ответ.

"Срочно иди к врачу. Это может быть симптом очень страшной болезни. Ты не представляешь, что может случиться, если вовремя не выявить это заболевание...".

3. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Подчиненный игнорирует советы и указания руководителя, делает по-своему, не обращая внимания на замечания.

Какие меры воздействия могут быть предприняты руководителем?

4. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Вы критикуете одну свою подчиненную, она реагирует очень эмоционально. Вам приходится каждый раз свертывать беседу и не доводить разговор до конца. Вот и сейчас, после ваших замечаний — она расплакалась.

Как довести до нее свои соображения?

5. Решите задачу. Аргументируйте свой ответ.

Во время деловой встречи с вами, ваш сотрудник «вышел из себя», не принимая ваших замечаний по поводу. Вы не можете позволить подчиненному так себя вести, ведь он подрывает ваш авторитет.

Что вы предпримете?

### Вопросы к экзамену

1. Личность: понятие, особенности развития личности в дошкольном возрасте.
2. Темперамент: понятие особенности руководства детьми с разными типами темперамента.
3. Воля: понятие, развитие волевых процессов у детей дошкольного возраста.
4. Понятие «готовность к школьному обучению». Компоненты готовности к обучению в школе.
5. Воображение: понятие, развитие воображения у детей дошкольного возраста.
6. Мышление: понятие, особенности мышления детей дошкольного возраста.
7. Память: понятие, особенности памяти детей дошкольного возраста.
8. Психология как наука. Связь психологии с другими науками.
9. Методы психологии: понятие, классификация.
10. Особенности психического развития детей раннего возраста.
11. Возрастная периодизация в психологии.
12. Деятельность: понятие, структура, виды.
13. Основные этапы развития психики.
14. Структура психики человека.
15. Речь: понятие, виды речи. Раскрыть связь речи и мышления.
16. Основные стили педагогического общения: виды, характеристика.
17. Теории темперамента (гуморальная, конституционная, физиологическая).
18. Отклоняющееся поведение: понятие, виды, причины.
19. Связь обучения и развития. Зоны развития по Л.С. Выготскому.
20. Роль общения в младенческом возрасте. Синдром «госпитализма».
21. Дайте характеристику кризису трех лет.

22. Психологический уровень школьной дезадаптации.
23. Понятие «школьная дезадаптация».
24. Внимание: понятие, виды, свойства.
25. Характеристика физической готовности ребёнка к обучению в школе.

### Психологические ситуации и задачи

1. Прокомментируйте ситуации с точки зрения психологии восприятия. Верно ли, что лучше один раз увидеть, чем семь раз услышать?

Почему в аэропорту, когда вы ждете прибытия определенного самолета, объявление по радио звучит так: «Самолет, прибывающий рейсом (что-то неразборчиво), опаздывает на (опять неразборчиво) минут» - самые нужные слова расслышать не удастся?

Почему на детских утренниках часто можно услышать «порою волк, сердитый волк, с лисою пробегал» вместо «рысцою пробегал»; а вместо «мороз снежком укутывал» - «мороз мешком укутывал»?

2. В четырехлетнем возрасте мальчику на ночь каждый день в течение нескольких месяцев читали отрывок из книги на греческом языке, которого он не понимал. Затем в десятилетнем возрасте ребенка попросили найти в книге этот отрывок. Он не смог этого сделать. Но когда ему предложили выучить наизусть ряд отрывков, включая и тот, который он слышал в детстве, на заучивание «знакомого» отрывка у него ушло на 25% меньше времени, чем на «незнакомые» отрывки.

3. Какие из приведенных высказываний являются, по Вашему мнению, правильными?

Ответ обоснуйте.

- Под личностью понимается совокупность тех относительно устойчивых свойств и склонностей индивида, которые отличают его от других.

- Личность – это комбинация всех относительно устойчивых индивидуальных различий, поддающихся измерению.

- Личность – это индивидуально выраженное всеобщее.

- Личность – дееспособный член общества, осознающий свою роль в нем.

4. Проанализируйте следующие утверждения. Оцените их правильность с точки зрения современных представлений об эмоциях.

Чувства и эмоции человека имеют животное происхождение, и по мере развития психики они будут исчезать.

Человеку грустно, потому что он плачет, а не наоборот.

Одни и те же физиологические сдвиги могут сопровождать несколько различных эмоций.

5. Дайте развернутые ответы на следующие вопросы:

Какие механизмы совершенствования памяти Вам известны?

Какие способы мышления, применяемые для разрешения проблем Вам известны? В чем проявляется связь мышления и интеллекта?

Что вам известно о креативном мышлении? Какие его стадии можно выделить? Какие тактики усиления креативности Вам известны? Расскажите о тактике «мозгового штурма».

6. Проанализируйте приведенные отрывки. Со всеми ли высказываниями Вы можете согласиться? О каких характеристиках мышления идет речь в следующих отрывках?

Как Вы считаете, не роднят ли они мышление с воображением?

Чтобы умно доказывать что-либо, одного ума недостаточно. (Ф. Честерфилд)

В науке, как и в повседневной жизни, умственные операции не совершаются по правилам логики, а доказательству всегда предшествует представление некоторой истины, созерцание какого-нибудь процесса или причины явления, вы не приходите к заключительному выводу из предпосылок, а наоборот, этот вывод им предшествует, предпосылки же его только впоследствии разыскиваются как доказательство. (Ю. Либих)

7. Прокомментируйте приведенные отрывки.

Для реконструкции модели мира ученые используют приемы известные со времен Бэкона как «путь пчелы» и «путь паука». Первый из них предполагает кропотливый сбор

и систематизацию накопленных наукой крупиц знания. Второму противопоказан скрупулезный анализ прошлого наследия; здесь отсутствует слишком сильная привязка к идеям предшественников, так как она может быть препятствием для выдвижения новых научных идей, подчас «безумных с точки зрения традиционных концепций». (Р.М. Грановская)

8. Обобщите смысл приведенных высказываний. Определите, что общего и различного в эмоциях и чувствах.

Эмоции – это есть работа инстинкта, а чувства – горечь, печаль и т.д. – это уже статья другая, это связано с затруднением деятельности больших полушарий... Чувства связаны с самым верхним отделом, и все они привязаны ко второй сигнальной системе. (И.П. Павлов)

Чувства сложнее эмоций, поскольку испытывают на себе влияние не только и не столько психофизиологических процессов, сколько всей совокупности индивидуальных особенностей личности, ее жизненного опыта, мировоззрения и ее социальных отношений. (Б.Д. Парыгин)

9. Выберите наиболее полные и правильные суждения и прокомментируйте Ваш выбор:

Психология – наука, изучающая основные закономерности поведения человека и животных, как отражающие объективную реальность;

Психология – наука, занимающаяся изучением переживаний и психических состояний, оторые устанавливаются посредством интроспекции;

Психология – наука, изучающая закономерности развития и функционирования психики, как определенной реальности;

Психология – отрасль естественного знания, занимающаяся исследованием развития и функционирования нервной системы.

10. Проанализируйте следующие утверждения. Оцените их правильность с точки зрения современных представлений об эмоциях.

Чувства и эмоции человека имеют животное происхождение, и по мере развития психики они будут исчезать.

Человеку грустно, потому что он плачет, а не наоборот.

Одни и те же физиологические сдвиги могут сопровождать несколько различных эмоций.

11. Прочитайте приведенный текст один раз и попробуйте его запомнить.

Получив деньги за сданные в залог драгоценности, наш герой больше не обращал внимания на презрительный смех в свой адрес. «Ваши глаза обманывают, - говорил он – эта неисследованная планета похожа на яйцо, а не на стол». И вот теперь три крепкие сестры искали доказательств. Дни тянулись за днями, превращались в недели, и многие из тех, кто сомневался, распространяли слухи о конце. Наконец, откуда ни возьмись, появились крылатые создания, и это стало признаком успеха.

А теперь прочитайте текст еще раз, предварительно ознакомившись с его названием: «Колумб открывает Америку». Попробуйте вновь воспроизвести текст. Помогло ли Вам название? И почему?

12. Решить ситуацию.

Экспериментатору необходимо было выяснить объем памяти детей 5 лет. Он предложил детям для запоминания следующие слова: карандаш, кукла, конфетка и др. Дети сумели воспроизвести лишь небольшое количество слов.

В другой раз экспериментатор пришел в ту же группу детского сада и, поздоровавшись с детьми, предложил: «Давайте поиграем в магазин». Дети дружно согласились. ««Я буду продавцом», - сказал исследователь, - а вы будете покупателями. Вот мои товары: карандаш, кукла, конфетка (назвал те же слова, какие произносил и при первой встрече) Кто назовет больше слов, тому и достанется покупка» На этот раз дети назвали больше слов.

Назовите причину резких отличий результатов эксперимента. Раскройте содержание понятий «естественный эксперимент» и «лабораторный эксперимент», назовите их отличительные признаки.

13. Проанализируйте следующие утверждения. Оцените их правильность с точки зрения современных представлений об эмоциях.

- Чувства и эмоции человека имеют животное происхождение, и по мере развития психики они будут исчезать.
- Человеку грустно, потому что он плачет, а не наоборот.
- Чувства непередаваемы языком слов и движений.
- Разум всегда способен взять верх над эмоциями.
- Эмоциональная жизнь человека в корне отличается от эмоций животных.

### 3.5. Ключи к тестам

Ключ. Шкала оценивания (за каждый правильный ответ дается 1 балл).

№	Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3
1	г	б	в
2	в	г	б
3	а	в	а
4	г	б	б
5	в	а	а
6	в	а	в
7	г	г	б
8	а	а	г
9	а	б	в
10	б	б	г
11	а	а	г
12	б	а	г
13	г	в	в
14	б	в	б
15	в	б	г
16	а	б	б
17	а	а	г
18	б	а	г
19	а	б	б
20	в	в	а

### 3.6. Критерии оценивания

#### Критерии оценки экзамена/зачета с оценкой

Оценка «5» - «отлично» выставляется обучающемуся, если демонстрируются всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного программного материала, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, глубоко усвоивший основную и дополнительную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на практических, семинарских, лабораторных занятиях, разбирающийся в основных научных концепциях по изучаемой дисциплине, проявивший творческие способности и научный подход в понимании и изложении учебного программного материала, ответ отличается богатством и точностью использованных терминов, материал излагается последовательно и логично.

Оценка «4» - «хорошо» выставляется обучающемуся, если демонстрируются достаточно полное знание учебно-программного материала, не допускающий в ответе

существенных неточностей, самостоятельно выполнивший все предусмотренные программой задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, активно работавший на практических, семинарских, лабораторных занятиях, показавший систематический характер знаний по дисциплине, достаточный для дальнейшей учебы, а также способность к их самостоятельному пополнению.

Оценка «3» - «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если демонстрируются знания основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, не отличавшийся активностью на практических (семинарских) и лабораторных занятиях, самостоятельно выполнивший основные предусмотренные программой задания, однако допустивший погрешности при их выполнении и в ответе на экзамене, но обладающий необходимыми знаниями для устранения под руководством преподавателя наиболее существенных погрешностей.

Оценка «2» - «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если обнаруживаются пробелы в знаниях или отсутствие знаний по значительной части основного учебно-программного материала, не выполнившего самостоятельно предусмотренные программой основные задания, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не отработавшему основные практические, семинарские, лабораторные занятия, допускающему существенные ошибки при ответе, и который не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

#### **Критерии оценки для тестирования:**

- «5» - 85-100% верных ответов
- «4» - 69-84% верных ответов
- «3» - 51-68% верных ответов
- «2» - 50% и менее

## **4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### **ОПЦ.02 Основы психологии**

#### **Основные источники**

1. Вочаков И.В., Гришпун И.Б., Пряжников Н.С. «Введение в профессию «психолог»»
2. Гиппенрайтер Ю.Б. «Введение в общую психологию»
3. Годфруа Ж. «Что такое психология» в 2 томах
4. Дружинин В.Н. «13 диалогов о психологии»

#### **Основные электронные издания**

1. Майерс Д. «Социальная психология»
2. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. «Психология человека»
3. Гамезо М.В. «Атлас по психологии»
4. Современная психология: справочное руководство// Под ред. В.Н. Дружинина
5. Марцинковская Т.Д. История психологии: учебное пособие
6. Тютюник В.И. Основы психологических исследований
7. Дубровина И.В. «Практическая психология образования»

#### **Интернет - ресурсы:**

1. Официальный сайт «Российское психологическое общество» (РПО)
2. Официальный сайт «Федерация психологов образования России»
3. Официальный сайт «Института психологии РАН»
4. Официальный сайт «Психологического института РАО».