

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Локтионова Оксана Геннадьевна
Должность: проректор по учебной работе
Дата подписания: 27.04.2022 13:35:34
Уникальный программный ключ:
0b817ca911e6668abb13a5d426d39e5f1c11eabbf73e943df4a4851fda56d089

1

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Юго-Западный государственный университет»
(ЮЗГУ)

Кафедра коммуникологии и психологии

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
О.Г. Локтионова
« 26 » 2021 г.



ПСИХОЛОГИЯ

Методические рекомендации для самостоятельной работы, в том
числе для подготовки к практическим занятиям, студентов
направления подготовки 37.03.02 Конфликтология
для всех форм обучения

Курск 2021

УДК 316.48

Составитель: Т.Ю. Копылова

Рецензент

Кандидат психологических наук, доцент *Т.В. Иванова*

Психология: методические рекомендации для самостоятельной работы, в том числе для подготовки к практическим занятиям, студентов направления подготовки 37.03.02 Конфликтология для всех форм обучения / Юго-Зап. гос. ун-т; сост.: Т.Ю. Копылова. Курск, 2021. - 24 с.

Содержат информацию, необходимую студентам в процессе самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине.

Методические рекомендации соответствуют требованиям программы, утвержденной учебно-методическим объединением по специальности (УМО КФ).

Предназначены для студентов направления подготовки 37.03.02 Конфликтология очной и очно-заочной форм обучения.

Текст печатается в авторской редакции

Подписано в печать *28.10.21* Формат 60x84 1/16
Усл.печ.л. *1,4* Уч.-изд.л. *1,3* Заказ *6250* Тираж 100 экз. Бесплатно
Юго-Западный государственный университет
305040, г. Курск, ул. 50 лет Октября, 94

ПРЕДИСЛОВИЕ

Методические рекомендации разработаны с целью оказания помощи студентам направления подготовки 37.03.02 Конфликтология очной и очно-заочной форм обучения при самостоятельной подготовке к занятиям по дисциплине «Психология».

Методические рекомендации разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования направления подготовки 37.03.02 Конфликтология, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 840 от 29 июля 2020 года.

Предлагаемые методические рекомендации содержат краткое содержание рассматриваемых тем дисциплины и задания для самоконтроля в тестовой форме и форме ситуационных задач по темам курса.

Студентам предлагается список учебной литературы по дисциплине и перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для самостоятельной подготовки к занятиям.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Основными видами аудиторной работы обучающихся являются лекции и практические занятия.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Практические занятия предполагают свободный обмен мнениями по избранной тематике. Занятие начинается со вступительного слова преподавателя, формулирующего цель занятия и характеризующего его основную проблематику. Затем, как правило, заслушиваются сообщения студентов. Обсуждение сообщения совмещается с рассмотрением намеченных вопросов. Сообщения, предполагающие анализ публикаций по отдельным вопросам семинара, заслушиваются обычно в середине занятия. Поощряется выдвижение и обсуждение альтернативных мнений. В заключительном слове преподаватель подводит итоги обсуждения и объявляет баллы выступавшим студентам. В целях контроля подготовленности студентов и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе практических занятий может осуществлять текущий контроль знаний в виде тестовых заданий.

При подготовке к занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем, студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает в конце занятия.

При освоении данного курса студент может пользоваться библиотекой вуза, которая в полной мере обеспечена соответствующей литературой.

В процессе *подготовки к экзамену* студенту следует руководствоваться следующими рекомендациями:

- необходимо стремиться к пониманию всего материала, чтобы еще до экзамена не оставалось непонятных вопросов;
- необходимо строго следить за точностью своих выражений и правильностью употребляемых терминов;
- не следует опасаться дополнительных вопросов – чаще всего преподаватель использует их как один из способов помочь студенту или сэкономить время;
- прежде чем отвечать на вопрос, необходимо сначала правильно его понять.

Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Содержание
1	2	3
1.	Предмет и методы психологии. Психика и ее свойства	Предмет психологии, этапы ее развития и место в системе наук. Методы научного психологического исследования. Функции, структура и свойства психики. Сознание, бессознательное и взаимоотношения между ними.
2	Психология личности и ее жизненный путь	Основные модели личности. Я-концепция и ее структура. Особенности самоактуализирующейся личности. Социализация личности, ее этапы и механизмы.
3	Мотивация личности.	Мотивация и ее структура (потребности, мотивы, интересы, ценности, убеждения, цели и др.). Виды мотивации. Основные проблемы психологического объяснения

		человеческих поступков. Каузальная атрибуция и локус контроля.
4	Эмоционально-волевая сфера психики	Функции эмоций. Основные эмоциональные процессы и состояния и их особенности. Основные приемы психической саморегуляции. Природа и структура волевого действия. Волевая регуляция поведения человека.
5	Познавательные психические процессы	Понятие о познавательных психических процессах (ощущении, восприятии, внимании, памяти, мышлении и воображении), их видах, свойствах и особенностях.
6	Мышление, воображение, творчество и их роль в деятельности современного специалиста	Мышление, его основные формы, операции и виды. Интеллект и его структура. Понятие о коэффициенте интеллектуального развития. Особенности творческого мышления. Воображение, его основные виды и приемы.
7	Индивидуальное в психике человека	Темперамент как динамическая характеристика психической деятельности человека. Типы темперамента. Понятие о характере. Классификация акцентуаций характера К.Леонгарда. Понятие о способностях и задатках.
8	Психология поведения и деятельности	Понятие о поведении. Врожденное и приобретенное в поведении. Эволюция поведения. Макроструктура и внутренняя структура деятельности, ее виды. Профессиональное развитие и кризисы профессионального пути личности.
9	Психологические основы общения	Перцептивная, коммуникативная и интерактивная стороны общения. Механизмы взаимовосприятия. Основные коммуникативные барьеры в общении и их преодоление. Стратегия поведения, дистанция и позиция в общении.

**Описание показателей и критериев оценивания
компетенций на различных этапах их формирования, описание
шкал оценивания**

Код компетенции/ этап (указывается название этапа из п.7.1)	Показатели оценивания компетенций (индикаторы достижения компетенций, закрепленные за дисциплиной)	Критерии и шкала оценивания компетенций		
		Пороговый уровень («удовлетвори- тельно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5
УК-6 / начальный	УК 6.1 – использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей УК 6.2 – определяет задачи саморазвития и профессионал ьного роста, распределяет их на долго-, средне- и краткосрочны е с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их	Знать: отдельные психологичес кие инструменты и методы управления временем; отдельные психологичес кие ресурсы, необходимые для достижения задач саморазвития; отдельные виды потребностей Уметь: использовать отдельные психологичес кие инструменты и методы управления временем при достижении поставленных целей; определять	Знать: основные психологичес кие инструменты и методы управления временем; основные психологичес кие ресурсы, необходимые для достижения задач саморазвития; основные виды потребностей Уметь: использовать основные психологичес кие инструменты и методы управления временем при достижении поставленных целей; определять	Знать: разнообразны е психологичес кие инструменты и методы управления временем; разнообразны е психологичес кие ресурсы, необходимые для достижения задач саморазвития; разнообразны е виды потребностей Уметь: использовать разнообразны е психологичес кие инструменты и методы управления временем при достижении

	<p>выполнения УК 6.3 – использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда</p>	<p>отдельные задачи саморазвития, распределять их на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и определением необходимых психологических ресурсов для их выполнения; использовать отдельные возможности и инструменты образования для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей</p> <p>Владеть: отдельными навыками анализа психологических инструментов и методов управления временем при достижении поставленных</p>	<p>основные задачи саморазвития, распределять их на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и определением необходимых психологических ресурсов для их выполнения; использовать основные возможности и инструменты образования для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей</p> <p>Владеть: основными навыками анализа психологических инструментов и методов управления временем при достижении поставленных</p>	<p>поставленных целей; определять разнообразные задачи саморазвития, распределять их на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и определением необходимых психологических ресурсов для их выполнения; использовать разнообразные возможности и инструменты образования для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей</p> <p>Владеть: разнообразными навыками анализа психологических инструментов и методов</p>
--	---	---	--	--

		<p>целей; отдельными навыками оценки психологичес ких ресурсов, необходимых для достижения задач саморазвития; отдельными навыками анализа основных возможностей и инструментов образования для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей</p>	<p>целей; основными навыками оценки психологичес ких ресурсов, необходимых для достижения задач саморазвития; основными навыками анализа основных возможностей и инструментов образования для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей</p>	<p>управления временем при достижении поставленных целей; разнообразны ми навыками оценки психологичес ких ресурсов, необходимых для достижения задач саморазвития; разнообразны ми навыками анализа основных возможностей и инструментов образования для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей</p>
ОПК-6 / начальный	ОПК 6.1 – анализирует собственную профессионал ьную деятельность, свои профессионал ьно-важные навыки, умения и способности	<p>Знать: отдельные компоненты психологичес кой структуры деятельности; отдельные психологичес кие способы саморазвития Уметь: анализировать</p>	<p>Знать: основные компоненты психологичес кой структуры деятельности; основные психологичес кие способы саморазвития Уметь: анализировать</p>	<p>Знать: психологичес кую структуру деятельности; психологичес кие способы саморазвития Уметь: анализировать разнообразны е психологичес</p>

	ОПК 6.2 – определяет пути и способы профессионального саморазвития	отдельные психологические компоненты собственной деятельности; определять отдельные пути и способы саморазвития Владеть: отдельными навыками анализа собственной деятельности, умений и навыков, способностей; отдельными навыками анализа психологических способов саморазвития	основные психологические компоненты собственной деятельности и основные способности; определять основные пути и способы саморазвития Владеть: основными навыками анализа собственной деятельности, умений и навыков, способностей; основными навыками анализа психологических способов саморазвития	кие компоненты собственной деятельности и разнообразные способности; определять разнообразные пути и способы саморазвития Владеть: разнообразными навыками анализа собственной деятельности, умений и навыков, способностей; разнообразными навыками анализа психологических способов саморазвития
--	--	--	---	--

Задания для самоконтроля по темам курса

1. Предмет и методы психологии. Психика и ее свойства

1. Предметом психологии является: а) человек; б) животные; в) психика; г) продукты деятельности человека.

2. Начало развития научной психологии относят к: а) 5 - 6 в.в. до н.э.; б) 16 в.; в) 18 в.; г) 19 в.

3. Укажите особенность, НЕ характеризующую психическое отражение: а) имеет пассивный характер; б) зависит от индивидуальности человека; в) обеспечивает целесообразность поведения и деятельности.

4. За прием, переработку и хранение информации отвечает: а) энергетический блок мозга; б) аналитико-синтетический блок мозга; в) блок управления.

5. В структуру сознания НЕ входит: а) эмоциональный уровень; б) интеллектуальный уровень; в) личностный уровень.

6. Объективным методом психологии, относящимся к конкретно-научным методам, является: а) тест; б) эксперимент; в) наблюдение.

7. Методом описательной психологии является: а) биографический метод; б) наблюдение; в) эксперимент; г) тест.

8. Психология – это наука

9. Соотнесите направления психологической науки с предметами их исследования:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------|
| а) психоанализ | 1. поведение |
| б) бихевиоризм | 2. познавательные процессы |
| в) когнитивная психология | 3. бессознательное |
| г) гуманистическая психология | 4. личность, индивидуальность |

10. Ситуационная задача. «Я знаю, что у меня есть такая психологическая особенность. Когда что-то у меня что-то не получается или происходит конфликт с кем-то, мне проще находить причины произошедшего не в себе самом, а в ком-то другом или в сложившейся ситуации. После объяснения самому себе или кому-то причин проблемы, я ничего не делаю, для того, чтобы ситуация изменилась в лучшую сторону. Может быть это связано с тем, что я был младшим сыном в семье, и меня никогда не ругали, а за мои проказы чаще всего приходилось отвечать старшему брату. А может быть причины в чем-то другом. Сейчас я уже понимаю, что такая моя особенность мешает мне в общении с людьми и в учебе. Но я не знаю - как мне от нее избавиться».

Как называется данное психологическое явление? Проанализируйте возможные причины и последствия развития данной особенности у юноши. Обоснуйте свой ответ. Используя результаты самонаблюдения, оцените степень развития данной особенности у самого себя. Разработайте психологические рекомендации по коррекции указанной особенности.

2. Психология личности и ее жизненный путь

1. Индивид – это: а) носитель предметно-практической деятельности, распорядитель душевных сил; б) представитель рода, имеющий природные свойства; в) высшая ступень духовного развития человека, осознающего свое бытие и место в мире.

2. Личность – это: а) представитель рода, имеющий природные свойства; б) представитель общества, определяющий свободно и ответственно свою позицию среди других; в) совокупность индивидуально своеобразных черт, присущих человеку.

3. Ученый, по мнению которого личность образуется тремя структурными компонентами – Id, Ego, Super-ego: а) Э. Берн; б) З. Фрейд; в) К. Роджерс.

4. Определите научный подход, в рамках которого главной психологической реальностью считается переживание человеком мира и себя в мире: а) психодинамический; б) бихевиористский; в) гуманистический.

5. К.Г. Юнг включил в структуру личности такую подструктуру, как: а) направленность; б) самость; в) опыт; г) «сверх-Я».

6. Направленность личности по К.К. Платонову включает в себя: а) мотивацию и мировоззрение; б) опыт и психические процессы; в) характер и способности.

7. Согласно К.К. Платонову, интегральной подструктурой личности является: а) характер; б) интеллект; в) опыт.

8. Я-концепция – это _____

9. Соотнесите структурные элементы моделей личности и их авторов:

а) Id, Ego, Super-ego	1. Юнг
б) Персона, Эго, Тень, Анима (Анимус), Самость	2. Платонов
в) направленность, опыт, психические процессы, биологические свойства, характер, способности	3. Фрейд

10. Ситуационная задача. «После психологического тестирования я осознал, что моя самооценка отличается неустойчивостью. Когда меня хвалят или у меня что-то хорошо

получается, я испытываю гордость и уверенность в себе. Когда меня критикуют или у меня не получается то, что я хочу, я начинаю чувствовать себя неуверенно, очень расстраиваюсь. Может быть это нормально? Или все-таки мне нужно поработать над своей самооценкой?»

Как психолог ответил бы на вопросы молодого человека? Какими особенностями характеризуется ваша самооценка? Сформулируйте психологические рекомендации по оптимизации самооценки.

3. Мотивация личности

1. Базисным побудителем активности индивида являются: а) потребности; б) мотивы; в) цели.

2. Коммуникативная потребность – это потребность, выделяемая на основании: а) характера деятельности; б) происхождения; в) субъекта.

3. Согласно А. Маслоу, наивысшей базовой потребностью личности является потребность в: а) принадлежности; б) самоуважении; в) самоактуализации. (3 б.)

4. По мнению Э. Шпрангера, добиться пользы от познания, поставить знание на службу человеку, стремится: а) теоретический человек; б) экономический человек; в) социальный человек. (3 б.)

5. Выделите психическое образование, которое НЕ относится к мотивам личности: а) цель; б) интерес; в) ценность.

6. Терминальные ценности – это ценности: а) актуальные; б) материальные; в) бытийные.

7. Большинство мотивов человека являются: а) внешними; б) внутренними; в) осознанными; г) неосознанными.

8. Мотив – это _____

9. Укажите правильную последовательность расположения базовых психологических потребностей личности по А. Маслоу (снизу вверх):

- а) потребность в самоактуализации
- б) потребность в принадлежности, любви
- в) потребность в признании, уважении

1. _____ 2. _____ 3. _____

10. Ситуационная задача. «Мне предстоит написать курсовую работу. Сроки уже «поджимают», но как представлю себе – сколько нужно сделать, желание садиться за рабочий стол пропадает. Делала уже несколько попыток, но понимаю, что в итоге сяду в последний момент, когда деваться уже будет некуда. Как научиться настраивать себя на работу, выполнять намеченное и необходимое вовремя?»

Опишите проблему студентки, используя профессиональную терминологию. Охарактеризуйте собственные особенности самомотивации и самоорганизации в аналогичных ситуациях. Сформулируйте основные правила самомотивации, эффективной постановки целей и управления временем.

4. Эмоционально-волевая сфера психики

1. Автором информационно-потребностной теории эмоций является: а) П.В. Симонов; б) Л. Фестингер; в) С. Шехтер; г) К.Г. Ланге.

2. Теорию когнитивного диссонанса разработал: а) У. Джеймс; б) Л. Фестингер; в) П.В. Симонов.

3. Функция эмоций, связанная с передачей информации через мимику, пантомимику и звуковые реакции, называется: а) экспрессивная; б) регуляторная; в) оценочная. (3 б.)

4. Более или менее устойчивое эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания, - это: а) эмоция; б) чувство; в) настроение. (3 б.)

5. К основным, фундаментальным эмоциям, по мнению К. Изард, относится: а) зависть; б) ревность; в) стыд.

6. Аффект – это: а) эмоциональная реакция; б) эмоциональное состояние; в) эмоциональное отношение.

7. Форма эмоций, отличающаяся длительностью, устойчивостью, предметностью, достаточно выраженной модальностью и знаком, - это: а) эмоциональная реакция; б) эмоциональное состояние; в) эмоциональное отношение.

8. Воля – это _____

9. Соотнесите между собой понятия и определения к ним:
а) чувство 1. непосредственное кратковременное

- б) эмоция переживание, отражающее отношение человека к чему-либо
- в) страсть
2. сильное, стойкое влечение к какому-то объекту
 3. высшая форма эмоционального отношения человека к предметам и явлениям действительности

10. Ситуационная задача. «В 15 лет я начала вести дневник, и очень ясно поняла, что мое настроение очень изменчиво. Причем оказалось, что я не всегда понимаю причины его изменения. Уже с утра оно может быть плохим или хорошим, а вроде бы накануне ничего особенного не происходило. Или какая-нибудь мелочь произошла, и настроение меняется резко. Бывает сложно назвать возникшее чувство или описать свои ощущения, с ним связанные. Вдруг «накатывает» раздражение или безразличие, или тоска, и не знаю, что с этим делать...»

Опишите эмоциональные особенности девушки, используя профессиональную терминологию. Охарактеризуйте собственные эмоциональные особенности. Сформулируйте психологические рекомендации по оптимизации собственного эмоционального состояния.

5. Познавательные психические процессы

1. Ощущения, связанные с пятью органами чувств, называются: а) интерорецептивные; б) проприорецептивные; в) экстерорецептивные; г) субсензорные.

2. Величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение: а) показывает достижение нижнего абсолютного порога чувствительности; б) показывает достижение верхнего абсолютного порога чувствительности; в) указывает на возникновение субсензорных ощущений.

3. Восприятие знакомых предметов в разных условиях как одинаковых, хотя они выглядят изменившимися, - это такое свойство восприятия, как: а) обобщенность; б) целостность; в) константность.

4. Зависимость образа восприятия от опыта, знаний, профессии человека, его личности в целом проявляется в такой характеристике восприятия, как: а) обобщенность; б) целостность; в) константность; г) апперцепция

5. При послепроизвольном внимании: а) сначала необходимо волевое усилие, затем внимание дается легко; б) сначала внимание дается легко, затем необходимы волевые усилия; в) как только исчезают волевые усилия, внимание становится рассеянным.

6. Степень сосредоточенности на том или ином предмете характеризует такое свойство внимания, как: а) объем; б) устойчивость; в) концентрация.

7. К основным процессам памяти НЕ относится: а) узнавание; б) запоминание; в) забывание.

8. Восприятие – это _____

9. Укажите правильную последовательность в расположении видов памяти по длительности сохранения информации (от меньшей к большей):

- а) оперативная память
- б) кратковременная память
- в) сенсорная память

1. _____ 2. _____ 3. _____

10. Ситуационная задача. «Я студент 1 курса университета. По сравнению со школой, учебные нагрузки возросли, а в связи со спецификой моего будущего рода деятельности, нужно запоминать большие объемы информации. Пока у меня это не очень хорошо получается. Я знаю, что есть различные мнемотехнические приемы, которые психологи рекомендуют в подобных случаях...»

Что психолог мог бы посоветовать студенту в данном случае? На основе самонаблюдения определите, какими особенностями характеризуется ваша память? Сформулируйте психологические рекомендации по развитию памяти.

6. Мышление, воображение, творчество и их роль в деятельности современного специалиста

1. Движение мысли от частого к общему - это: а) абстрагирование; б) индукция; в) дедукция; г) конкретизация.

2. Психология изучает: а) связи между основными формами логического мышления, истинность мышления; б) физиологические процессы, связанные с мыслительной деятельностью; в) закономерности реального мышления.

3. Понятие – это форма мышления, в которой: а) выделяются в познаваемом объекте его отдельные свойства, связи, отношения; б) отражаются наиболее общие, существенные и отличительные признаки предметов и явлений; в) отражаются связи и отношения между предметами и явлениями действительности. (3 б.)

4. Мыслительной операцией НЕ является: а) дедукция; б) абстрагирование; в) синтез.

5. Словесно-логическое мышление формируется у человека: а) с рождения; б) в 4-5 лет; в) с 6-7

6. Минимально осознанное, свернутое во времени мышление: а) эмпирическое; б) практическое; в) интуитивное.

7. Коэффициент интеллектуальности отражает: а) связь между умственным и хронологическим возрастом; б) связь между хронологическим и психологическим возрастом; в) связь между умственным и биологическим возрастом.

8. Мышление – это _____

9. Укажите правильную последовательность в развитии уровней мышления у человека:

- а) словесно-логическое мышление
- б) наглядно-действенное мышление
- в) наглядно-образное мышление

1. _____ 2. _____ 3. _____

10. Ситуационная задача. «Я знаю, что моя будущая профессиональная деятельность предполагает развитие критического мышления, без которого невозможно анализировать конфликтные ситуации и делать объективные заключения. У меня характер неравнодушный, если я вижу что что-то не так (человек совершает ошибку или нарушаются какие-то правила, или порядок), я честно говорю об этом. Я думаю, что это проявление критического мышления, но за это меня не очень любят. Правильно ли я делаю, или критическое мышление должно проявляться как-то иначе?»

Что психолог мог бы посоветовать студенту в данном случае? На основе самонаблюдения определите основные особенности своего мышления? Сформулируйте психологические рекомендации по развитию критического мышления.

7. Индивидуальное в психике человека

1. Первое описание типов темперамента предложил: а) Гиппократ; б) И.П. Павлов; в) Б.М. Теплов.

2. Темперамент зависит от врожденных свойств и типа нервной системы – это точка зрения: а) И.П. Павлова; б) Б.М. Теплова; в) В.Д. Небылицына.

3. Общая психическая активность и эмоциональность как главные измерения темперамента выделяет: а) В.Д. Небылицын; б) И.П. Павлов; в) Б.М. Теплов; г) В.М. Русалов.

4. Человек живой, подвижный, быстро отзывающийся на окружающие события, достаточно уравновешенный, сравнительно легко переживающий неудачи и неприятности – это: а) сангвиник; б) холерик; в) флегматик.

5. Согласно Э. Кречмеру, энергичный, уверенный в себе, агрессивный или мало впечатлительный, со сдержанной мимикой и жестами, с невысокой гибкостью мышления человек – это: а) циклотимик; б) шизотимик; в) иксотимик; г) пикник.

6. Человек, который считает происходящие события главным образом результатом действия внешних сил и обстоятельств, называется: а) интернал; б) интраверт; в) экстернал; г) экстраверт.

7. Согласно У. Шелдону, интеллектуальная направленность, замкнутость, чувствительность характерны для: а) эктоморфа; б) эндоморфа; в) мезоморфа.

8. Способности – это _____

9. Соотнесите типы темперамента и свойства нервной системы, лежащие в их основе:

- а) флегматик
- б) меланхолик
- в) холерик

- 1. слабый, подвижный (инертный), неуравновешенный
- 2. сильный, инертный, уравновешенный
- 3. сильный, подвижный,

неуравновешенный

10. Ситуационная задача. «В нашем коллективе работает Петров В.И. Он ответственный и дисциплинированный сотрудник. В то же время он человек очень подозрительный, обидчивый и мнительный, ему все время кажется, что другие ущемляют его интересы, поступают по отношению к нему несправедливо. Из-за этого у него часто возникают конфликты с коллегами и руководством».

Определите акцентуацию характера Петрова В.И. Какие рекомендации дал бы Петрову психолог, если бы он к нему обратился? На основе самонаблюдения сделайте выводы о наличии или отсутствии у вас акцентуаций характера. Сформулируйте задачи саморазвития, направленные на совершенствование собственного характера.

8. Психология поведения и деятельности

1. Согласно Я. Рейковскому, самосохранение и саморазвитие при безразличии к социальному окружению - это: а) эгоистическое поведение; б) ипсоцентрическое поведение; в) кооперативное поведение; г) альтруистическое поведение.

2. Важнейшей характеристикой деятельности НЕ является: а) предметность; б) опосредованный характер; в) целостность.

3. Наиболее элементарным структурным уровнем макро-структуры деятельности является: а) действие; б) умение; в) навык; г) операция.

4. Автоматизированные компоненты умений, реализуемые на уровне бессознательного контроля, - это: а) знания; б) навыки; в) привычки.

5. Вид деятельности, заключающийся в воспроизведении каких-либо действий и отношений в условной форме, - это: а) учение; б) общение; в) труд; г) игра.

6. Защитный механизм приписывания индивидом другому объекту качеств, присущих ему самому – это: а) проекция; б) аттракция; в) рефлексия.

7. В качестве неосознаваемых побудителей деятельности выступают: а) мотивы; б) поведенческие стереотипы; в) мифы.

8. Поведение – это _____

9. Укажите правильную последовательность в развитии форм поведения (от простых к сложным):

- а) рефлекс
- б) инстинкт
- в) таксис

1. _____ 2. _____ 3. _____

10. Ситуационная задача. «Мне нравится моя будущая профессия. Она относится к тем видам деятельности, занимаясь которыми, нужно постоянно учиться, совершенствоваться. Я это понимаю и уже давно собираюсь заняться самообразованием регулярно. Но пока мне удастся это делать лишь фрагментарно – то на курсы схожу, то в Интернете посмотрю информацию, то книгу прочитаю. Не хватает регулярности в занятиях, не могу правильно распределить свое время. Пока не удастся уследить за новыми тенденциями в том деле, которым хочу заниматься. Прочитанное забывается, записи теряются. Как мне сделать свое самообразование эффективным и систематическим?»

Опишите указанную ситуацию, используя профессиональную терминологию. На основе самонаблюдения сделайте выводы о собственном уровне и особенностях самоорганизации. Сформулируйте основные правила эффективного самообразования и управления временем.

9. Психологические основы общения

1. Перцептивная сторона общения отражает: а) восприятие, познание и понимание людьми друг друга; б) обмен информацией; в) выработку единой стратегии взаимодействия.

2. Тенденция связывать характеристику одной черты характера с другими свойствами человека - это: а) хало-эффект; б) эффект ореола; в) эффект проекции; г) эффект края.

3. Механизм интерпретации поступков и чувств другого человека, стремление к выяснению причин его поведения - это: а) каузальная атрибуция; б) рефлексия; в) конгруэнтность; г) аттракция.

4. От 1,2 до 4 м составляет дистанция в общении, которая называется: а) социальная; б) личная; в) интимная.

5. Вид слушания, предполагающий рефлекссию сообщаемой партнером информации, - это: а) активное слушание; б) пассивное слушание; в) эмпатическое слушание.

6. Слова собеседника «Похоже, из того, что Вы сказали, самое главное...» - это прием: а) резюмирования; б) поощрения; в) перефразирования.

7. Аттракция – это: а) способность вызывать симпатию и расположение у собеседника; б) способность поставить себя на место другого человека; в) способность интерпретировать мотивы и чувства другого человека.

8. Невербальное общение – это _____

9. Соотнесите понятия и определения к ним:

- | | |
|------------------|---|
| а) аттракция | 1. способность посмотреть на себя со стороны, глазами другого |
| б) рефлексия | 2. способность нравиться, вызвать расположение |
| в) идентификация | 3. способность поставить себя на место другого |

10. Ситуационная задача. «В нашей группе есть студент, который хорошо учится, но к своим одноклассникам относится пренебрежительно, нарушает иногда даже элементарные правила вежливости – может не поздороваться, обидно пошутить, накричать ни с того, ни с сего и не извиниться. Этот человек – из социально неблагополучной семьи, его невоспитанное поведение делает общение с ним неприятным, а общаться с ним - приходится».

Сформулируйте психологические рекомендации - как научиться терпимо и спокойно относиться к этому студенту? Какая стратегия поведения при общении с ним будет конструктивной? Какими основными психологическими особенностями отличается ваше общение с другими людьми? Сформулируйте задачи саморазвития, направленные на улучшение перцептивных, коммуникативных и интерактивных навыков.

Учебная литература, необходимая для самостоятельной подготовки к занятиям

1. Караванова, Л. Ж. Психология : учебное пособие / Л. Ж. Караванова. – 3-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 264 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573209> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр.: с. 232 - 233. – ISBN 978-5-394-03766-5. – Текст : электронный.
2. Ступницкий, В. П. Психология : учебник / В. П. Ступницкий, О. И. Щербакова, В. Е. Степанов. – Москва : Дашков и К°, 2018. – 518 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573431> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-02063-6. – Текст : электронный.
3. Хуторная, М. Л. Психология : учебное пособие : [16+] / М. Л. Хуторная ; науч. ред. Г. А. Быковская ; Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2020. – 57 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=612389> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-00032-476-9. – Текст : электронный.
4. Гуревич, П. С. Психология : учебник / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити, 2015. – 319 с. – (Учебники профессора П.С. Гуревича). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118130> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 5-238-00905-4. – Текст : электронный.
5. Гуревич, П. С. Психология личности : учебное пособие / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити, 2015. – 559 с. – (Актуальная психология). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118128> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01588-0. – Текст : электронный.

6. Гуревич, П. С. Психология и педагогика : учебник / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити, 2015. – 320 с. – (Учебники профессора П.С. Гуревича). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117117> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 5-238-00904-6. – Текст : электронный.

7. Общая психология: введение в общую психологию, психология познавательных процессов : [16+] / Б. Н. Рыжов, Д. А. Донцов, М. В. Донцова, Л. В. Сенкевич ; под общ. науч. ред. Б. Н. Рыжова, Д. А. Донцова ; отв. ред. Д. А. Донцов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 400 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611384> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9765-4344-7. – Текст : электронный.

8. Психология развития личности : учебное пособие : [16+] / И. В. Казакова, Н. Н. Князева, О. А. Кочеулова и др. ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : ОмГПУ, 2020. – 200 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616208> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8268-2246-3. – Текст : электронный.

9. Фрондзей, С. Н. Общая психология : учебное пособие : [16+] / С. Н. Фрондзей ; Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2019. – 103 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598552> (дата обращения: 29.08.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9275-3288-9. – Текст : электронный.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине

1. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн: <http://www.biblioclub.ru/>
2. Электронно-библиотечная система «Лань» коллекции изданий гуманитарного профиля и периодические издания: <http://e.landbook.com/>
3. Электронная библиотека ЮЗГУ: <http://library.kstu.kursk.ru>