

Документ подписан простой электронной подписью

1

Информация о владельце:

ФИО: Локтионова Оксана Геннадьевна

Должность: проректор по учебной работе

Дата подписания: 04.02.2026 15:36:11

Уникальный программный ключ:

0b817ca911e6668abb13a5d426d39e5f1c11eabbf73e943df4a4851fda56d089

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

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

Кафедра коммуникологии и психологии



ПСИХОЛОГИЯ

Методические рекомендации для самостоятельной работы, в том числе для подготовки к практическим занятиям, студентов всех форм обучения направлений подготовки и специальностей, учебные планы которых предусматривают изучение дисциплины «Психология»

УДК 316.48

Составитель И.В. Будовская

Рецензент

Кандидат психологических наук, доцент Т.В Иванова

Психология: методические рекомендации для самостоятельной работы, в том числе для подготовки к практическим занятиям, студентов всех форм обучения направлений подготовки и специальностей, учебные планы которых предусматривают изучение дисциплины «Психология» /Юго-Зап. гос. ун-т; сост. И.В. Будовская, Курск, 2025.- 48 с.

Содержит информацию, необходимую студентам в процессе самостоятельной подготовки по дисциплине, в том числе для подготовки к практическим занятиям.

Предназначены для студентов всех форм обучения направлений подготовки и специальностей, учебные планы которых предусматривают изучение дисциплины «Психология»

Текст печатается в авторской редакции

Подписано в печать ___05.03.2025. Формат 6084 1/16
Усл.печ. л. 2,79. Уч.изд.-л. 2,5. Заказ 326 Тираж 100 экз.
Юго-Западный государственный университет
305040, г. Курск, ул. 50 лет Октября , 94

ПРЕДИСЛОВИЕ

Методические рекомендации разработаны с целью оказания помощи студентам всех форм обучения направлений подготовки и специальностей, учебные планы которых предусматривают изучение дисциплины «Психология» при самостоятельной подготовке, в том числе для подготовки к практическим занятиям.

Методические рекомендации разработаны в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования по направлениям подготовки и специальностям, утвержденными соответствующими приказами Минобрнауки России.

Предлагаемые методические рекомендации содержат перечень теоретических вопросов, которые необходимо обсудить при самостоятельной подготовке, рекомендуемые темы эссе, тестовые задания.

Приводится список литературы, в котором можно найти ответы на поставленные вопросы теории дисциплины.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины «Психология»

Каждая тема онлайн-курса содержит: видео-лекцию; лекционный материал; материалы для практических (лабораторных) занятий (при наличии); задания студентов на практическое занятие (при наличии); краткую инструкцию о порядке изучения текущего модуля; текущий контроль. При изучении тем (лекций) онлайн-курса студентам необходимо придерживаться следующей последовательности действий:

1. Просмотр видеолекции или нескольких видеолекций по теме.

2. Изучение лекционного материала (конспекта лекций, или учебного пособия, или презентации).

3. Изучение материала к практическим занятиям.

4. Файл с решениями задач, каждый студент, прикрепляет в своем личном кабинете в окне активной вкладки для проверки преподавателем.

5. После выполнения студентами действий, указанных в п.п. 1-4, появляется доступ к текущему контролю по соответствующей теме (лекции).

6. Открывается доступ к следующей теме (лекции).

7. После изучения всех тем (лекций), включая текущую аттестацию по каждой теме (лекции), студенты получают возможность пройти промежуточную аттестацию по онлайн-курсу в виде тестирования.

На лекциях излагаются и разъясняются основные понятия и положения каждой новой темы; важные положения аргументируются и иллюстрируются примерами из практики; объясняется практическая значимость изучаемой темы; делаются выводы; даются рекомендации для самостоятельной работы по данной теме. На лекциях необходимо задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных вопросов. В ходе лекции студент должен конспектировать учебный материал. Конспектирование лекций – сложный вид работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность студента. Конспект является полезным тогда, когда

записано самое существенное и сделано это лично студентом в режиме реального времени в течение лекции. Не следует стремиться записать лекцию дословно. Целесообразно вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем кратко записать ее. Желательно заранее оставлять в тетради пробелы, куда позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно внести дополнительные записи. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, который преподаватель дает в начале лекционного занятия. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале.

Необходимым является глубокое освоение содержания лекции и свободное владение им, в том числе использованной в ней терминологией. Работу с конспектом лекции целесообразно проводить непосредственно после ее прослушивания, что способствует лучшему усвоению материала, позволяет своевременно выявить и устранить «пробелы» в знаниях. Работа с конспектом лекции предполагает перечитывание конспекта, внесение в него, по необходимости, уточнений, дополнений, разъяснений и изменений. Некоторые вопросы выносятся за рамки лекций. Изучение вопросов, выносимых за рамки лекционных занятий, предполагает самостоятельное изучение студентами дополнительной литературы.

Изучение наиболее важных тем или разделов дисциплины продолжается на лабораторных (или практических) занятиях, которые обеспечивают контроль подготовленности студента; закрепление учебного материала; приобретение опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, в том числе аргументации и защиты выдвигаемых положений и тезисов.

Лабораторному (или практическому) занятию предшествует самостоятельная работа студента, связанная с освоением материала, полученного на лекциях, и материалов, изложенных в учебниках и учебных пособиях, а также литературе, рекомендованной преподавателем. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной литературой, материалами периодических изданий и Интернета

является наиболее эффективным методом получения дополнительных знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала. При работе с источниками и литературой необходимо:

- сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей;

- обобщать полученную информацию, оценивать прочитанное;

- фиксировать основное содержание прочитанного текста; формулировать устно и письменно основную идею текста; составлять план, формулировать тезисы.

Самостоятельную работу следует начинать с первых занятий. От занятия к занятию нужно регулярно прочитывать конспект лекций, знакомиться с соответствующими разделами учебника, читать и конспектировать литературу по каждой теме дисциплины.

Самостоятельная работа дает студентам возможность равномерно распределить нагрузку, способствует более глубокому и качественному освоению учебного материала. В случае необходимости студенты обращаются за консультацией к преподавателю. Обязательным элементом самостоятельной работы по дисциплине является самоконтроль. Одной из важных задач обучения студентов способам и приемам самообразования является формирование у них умения самостоятельно контролировать и адекватно оценивать результаты своей учебной деятельности и на этой основе управлять процессом овладения знаниями. Овладение умениями самоконтроля приучает студентов к планированию учебного труда, способствует углублению их внимания, памяти и выступает как важный фактор развития познавательных способностей. Самоконтроль включает:

- оперативный анализ глубины и прочности собственных знаний и умений;

- критическую оценку результатов своей познавательной деятельности.

Самоконтроль учит ценить свое время, позволяет вовремя заметить и исправить свои ошибки. Формы самоконтроля могут быть следующими:

-устный пересказ текста лекции и сравнение его с содержанием конспекта лекции;

-составление плана, тезисов, формулировок ключевых положений текста по памяти;

-пересказ с опорой на иллюстрации, чертежи, схемы, таблицы, опорные положения.

Самоконтроль учебной деятельности позволяет студенту оценивать эффективность и рациональность применяемых методов и форм умственного труда, находить допускаемые недочеты и на этой основе проводить необходимую коррекцию своей познавательной деятельности.

При подготовке к промежуточной аттестации по дисциплине необходимо повторить основные теоретические положения каждой изученной темы и основные термины, самостоятельно решить несколько типовых компетентностно-ориентированных задач.

Содержание практического занятия включает выполнение следующих заданий: 1) написание эссе, из предложенных тем выберете одну и, следуя рекомендациям, 2) из предложенных ситуационных задач необходимо выбрать одну, внимательно изучить ее содержание, продумать решение, записать его и прикрепить в личном кабинете; 3) выполнение тестовых заданий, из предложенных двух вариантов, студент выполняет один, который ему назначает преподаватель (решение также необходимо прикрепить в личный кабинет).

После выполнения студентами действий, указанных в п.п. 1-4, появляется доступ к текущему контролю по соответствующей теме (лекции).

Эссе по психологии - это небольшое сочинение, в котором автор описывает свои мысли и размышления на заданную тему.

1. Эссе помогает развить у студентов творческие навыки.
2. Оно помогает организовать самостоятельную работу обучающихся.
3. Сочинение по психологии закрепляет и расширяет знания студентов.
4. Такой вид работы учит студентов выражать свои мысли.
5. Эссе по психологии учит работать с дополнительными источниками информации.

Структура эссе по психологии

У психологического эссе нет строгих требований к написанию, однако, лучше все же придерживаться определенной композиции:

- вступление;
- тезис;
- аргументация;
- заключение.

Во вступлении надо рассказать, о чем пойдет речь в работе.

После введения надо прописать тезис - то, что вы будете доказывать на протяжении всей работы. Дальше идет аргументация, которая состоит из доказательств тезиса. Это могут быть примеры из жизни или литературных произведений, цитаты философов или исследовательские работы психологов. В конце идет заключение. В заключении подытожить сказанное выше, сделать выводы и показать, что тезис доказан.

Старайтесь уложиться в рекомендуемый объем. Обычно это 1-2 страницы печатного текста. Не перескакивайте на другие темы, строго придерживайтесь тематики работы. Психология - это наука, поэтому все свои мнения и мысли подкрепляйте примерами и цитатами. Не злоупотребляйте непонятными научными терминами и аббревиатурами. Не используйте чужие размышления, эссе - это авторская работа, она должна отражать ваши размышления. В конце работы над эссе проверьте текст на наличие ошибок и на логичность изложения.

Решение ситуационных задач.

Ситуационная задача. Студент 1 курса педагогического университета изучает психологию и хочет понять, как различные методы психологии могут помочь ему в исследовании психических процессов. Он решил провести исследование, в котором будет использовать несколько методов: наблюдение, опрос и эксперимент. Задание: опишите, как вы будете проводиться наблюдение; сформулируйте основные вопросы для опроса. Какие аспекты изучаемого процесса можно выяснить? Опишите, какую целевую группу будете опрашивать и как будут отбираться участники. Разработайте экспериментальную модель, в которой можно проверить гипотезы о психических процессах.

Пример решения задачи

1. Наблюдение

- Восприятие: наблюдая за тем, как люди реагируют на различные стимулы, исследователь сможет оценить, как различные факторы влияют на восприятие информации.

- Внимание: можно наблюдать, как участники фокусируют свое внимание на определенных объектах или задачах, а также как они отвлекаются. Например, можно отметить, сколько времени человек уделяет разговорам на разные темы или как он распределяет внимание между несколькими задачами.

2. Опрос

Типы вопросов для изучения эмоциональных состояний:

- Линейные шкалы: «Как часто вы чувствуете себя счастливым/грустным?» (от «никогда» до «всегда»).

- Закрытые вопросы: «Вы испытываете стресс на работе?» (Да/Нет).

- Открытые вопросы: «Опишите ситуацию, в которой вы ощутили сильный стресс, и как вы с ним справились».

- Сравнительные вопросы: «Как вы оцениваете свои эмоциональные состояния в последнюю неделю по сравнению с прошлым месяцем?»

- Эмоциональные шкалы: «На какой степени вы сегодня чувствуете тревогу? (от 1 до 10)»

3. Эксперимент

Эксперимент для оценки влияния стресса на когнитивные способности: студент может провести эксперимент, который включает в себя следующие шаги:

- Выбор группы участников: он может разделить участников на две группы: экспериментальную и контрольную.

- Индукция стресса: экспериментальная группа может пройти через некоторый стрессовый опыт (например, решение задач под давлением времени, выполнение трудного задания в условиях оценки).

- Оценка когнитивных способностей: после индукции стресса обе группы могут пройти тесты на внимание, память и решение проблем, чтобы оценить их результаты. Например, можно использовать тесты на запоминание слов или арифметические

задачи.

- Сравнение результатов: сравнив результаты обеих групп, студент сможет увидеть, как стресс повлиял на когнитивные функции, такие как память и внимание.

Ответ на задачу прикрепляется в личный кабинет студента.

Выполнение **тестовых заданий**. Студенту предлагается два варианта. Вариант задания определяет студенту преподаватель. От студента требуется сделать выбор одного правильного ответа, вопросы предлагаются следующих типов: «открытые», «закрытые», на установление соответствия, на установление последовательности (решение прикрепляется в личный кабинет).

Методические указания для подготовки к практическим занятиям

Тема 1. Предмет и методы психологии. Психика и ее свойства.

Психология как наука изучает психику человека, его поведение и эмоциональные состояния. Существует множество подходов к определению предмета психологии, но в общем виде можно выделить несколько ключевых аспектов.

Предмет психологии охватывает изучение психики, которая включает в себя познание (мышление, восприятие, память), эмоции, мотивацию, личность и социальные взаимодействия. Психология стремится понять, как внутренние психические процессы влияют на поведение, а также как окружающая среда формирует личность и психику человека.

Методы психологии делятся на несколько категорий:

1. Наблюдение - позволяет фиксировать поведение людей в естественных условиях или в лабораторных экспериментах.
2. Эксперимент - создает контролируемые условия для изучения причинно-следственных связей.
3. Анкетирование и интервью - используются для сбора данных о мнениях и личных переживаниях людей.
4. Психометрические тесты - помогают оценить различные аспекты психики, такие как интеллект, личностные черты и эмоциональное состояние.

Что касается психики и ее свойств, можно выделить несколько основных характеристик:

- субъективность - психика формируется на основе личного опыта и восприятия.
- динамичность - психические процессы постоянно изменяются и адаптируются к новым условиям.
- социальность - психика формируется в рамках взаимодействия с другими людьми и культурой.
- комплексность - психические процессы взаимосвязаны и влияют друг на друга, образуя единую систему.

Таким образом, психология играет ключевую роль в понимании человеческой природы, помогая разгадать сложные механизмы, управляющие нашим поведением и эмоциональным состоянием.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельного изучения:

1. Соотношение понятий «объект» и «предмет» науки. Особенности психологии как науки. Различие житейских и научных понятий.

2. Понятие психологии как науки. Теоретические и практические задачи психологии.

3. Понятие о психике, ее сущность и функции, классификация психических явлений.

4. Отрасли общей психологии. Место психологии в системе наук. Межпредметные связи психологии. Взаимосвязь психологии с другими науками.

5. Методология психологии и основные методологические принципы. Классификация методов. Соотношение понятий: методология, метод, методика.

2. Темы для ЭССЕ:

1. Назовите предмет, объект и основные категории психологической науки.

2. Изучением каких проблем занимается психология?

3. Чем отличаются научное и житейское понимание психологических явлений?

4. Назовите и охарактеризуйте основные методы психологических исследований.

5. Почему данные, полученные с их помощью можно считать достоверными?

3. Выберите одну из предложенных **задач онлайн-курса по дисциплине «Психология»** на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. Директор обратился с запросом к педагогу-психологу со следующей ситуацией: «Екатерина Сергеевна, учительница английского языка, пол года назад пришла работать в школу после вуза. Работу свою она любила, с учениками были замечательные отношения до недавнего времени. Началось все с урока английского языка, посвященного Дню Святого Валентина с 10 «Д» классом. В конце урока все сделали валентинки на английском, и несколько валентинок получила Екатерина Сергеевна. В одной из них было признание в любви от Егора, ученика этого класса. Екатерина Сергеевна сначала решила, что это просто шутка, но не тут-то было. Егор стал писать любовные записки Екатерине Сергеевне почти на каждом уроке, причем некоторые из них он декламировал на самих уроках. Помимо записок, Егор начал демонстративно оказывать молодой учительнице знаки внимания: открывал дверь, помогал носить книги и т. п. В последнее время даже начал пытаться дотрагиваться до Екатерины Сергеевны как бы случайно, но каждый раз при свидетелях».

1. Сформулируйте проблему и ее причины.

2. Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов психолого-педагогической работы)?

Ситуационная задача №2. Родители обратились к педагогу-психологу в дошкольном учреждении: «Светлана – первоклассница. Родители переживают по поводу ее погруженности в игровую деятельность. Они ограничивают время ее игр, объясняя «Теперь ты ученица, надо делать уроки», или запрещают носить в школу игрушки. Светлана очень огорчается по этому поводу и при первом удобном случае – хватается за любимые игрушки. Часто девочка рассаживает их рядами и имитирует учебную деятельность в классе. Она дает куклам задания, а затем передвигаясь по воображаемому классу помогает куклам выполнять ее поручения».

1. Сформулируйте проблему и ее причины.

2. Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов психолого-педагогической работы)?

Ситуационная задача №3. Отец обратился за помощью к педагогу-психологу реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями: «Рождение ребенка с инвалидностью действительно изменило нашу жизнь. Я никогда и не предполагал, что будет именно так. Мы с женой совершенно перестали общаться, все наши отношения, темы разговоров обусловлены одной проблемой — забота, уход за ребенком, удовлетворение его физиологических потребностей. Жена постоянно жалуется на то, как ей тяжело, одиноко. От такой психологической атмосферы в доме хочется бежать, и я, как правило, стараюсь дольше задерживаться на работе, под любым предлогом отлучаться из дома. Из-за этого – постоянные ссоры, конфликты, обиды на то, что я не хочу быть с ней и с ребенком».

1. Сформулируйте проблему и ее причины.

2. Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов психолого-педагогической работы)?

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете)

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущий контроль по соответствующей теме (лекции)).

Тема 2. Психология личности и её жизненный путь.

Психология личности — это область психологии, изучающая индивидуальные различия в поведении, мышлении и эмоциональных реакциях людей. Жизненный путь личности формируется под воздействием множества факторов, включая генетическую предрасположенность, социальную среду, культурные влияния и личный опыт.

Основные направления в психологии личности: глубинная психология личности, гуманистическая психология, экзистенциальная психология, когнитивное и социально-когнитивное направления в психологии личности, диспозициональное направление в теории личности.

Личность – это человек, достигший определенного уровня психического развития.

Личность характеризуется:

1. человек в процессе самопознания начинает воспринимать и переживать самого себя как единое целое, отличное от других людей и выражающееся в понятии «Я»;
2. наличие собственных взглядов, убеждений, отношений;
- 3) наличие собственных моральных требований и оценок, делающих личность относительно устойчивой и независимой;
- 4) необходимая характеристика личности – ее активность.

Личность каждого человека наделена только ей присущим сочетанием психологических черт и особенностей, образующих ее индивидуальность, составляющих своеобразие человека, ее отличие от других людей.

Индивидуальность проявляется в чертах характера, темпераменте, привычках, интересах, в качествах познавательных процессов, в способностях, индивидуальном стиле деятельности, общении и т.д.

Каждый человек проходит уникальный жизненный путь, который можно рассматривать как последовательность этапов развития. Эти этапы могут быть связаны с различными событиями и переживаниями, которые формируют характер, мировоззрение и ценности личности.

Таким образом, психология личности и жизненный путь — это сложный и многогранный процесс, который требует постоянной работы над собой, открытости к новому опыту и готовности меняться. Понимание своего внутреннего мира и активное участие в формировании своей жизни способны создать фундамент для гармоничной и полноценной жизни.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельного изучения:

1. Понятие о личности. Соотношение понятий личность, индивид, индивидуальность.
2. Множественность трактовок понятия личности.
3. Структура личности. Биологическое и социальное в структуре личности: основные подходы: биогенетический, социогенетический, психогенетический.

4. Психологические теории личности: З. Фрейда, А. Маслоу, Г. Олпорта и Р. Кеттелла, К. Хорни.

5. Самосознание, самооценка и уровень притязаний личности.

6. Движущие силы развития личности.

7. Личность и условия ее здоровья.

2. Темы для ЭССЕ:

1. Выявите различие между понятиями «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект».

2. Охарактеризуйте основные модели личности.

3. Что такое Я-концепция? Определите признаки позитивной Я-концепции.

4. В чем состоит процесс развития и формирования личности человека?

5. По каким критериям оценивается уровень сформированности личности?

3. Выберите одну из предложенных задач онлайн-курса по дисциплине «Психология» на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. К социальному педагогу обратился директор по поводу следующей ситуации: «Группа учеников около десяти человек (10-11 лет) возвращалась из школы. Они просто общались. Увидев девочку, по всей видимости, из своего класса группа переключилась на нее. Ее начали толкать, обзывать, наносить удары руками и ногами. Девочка не оказывала сопротивления, продолжала идти обычным шагом. Почувствовав собственную агрессивность, дети входили во вкус, усиливая нападение, не реагируя на протесты проходящих рядом взрослых».

1. Сформулируйте проблему и ее причины. 2. Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов социально-педагогической работы)?

Ситуационная задача №2. Мать обратилась к педагогу-психологу со следующей проблемой: «В семье, состоящей из отца, матери и дочери, сложилась непростая ситуация. Супруги часто ссорились. Мать кричала и плакала, а отец замыкался в себе. Старался реже бывать дома, а если и бывал, то главным образом – молчал (читал, сидел за письменным столом, смотрел телевизор и т.

д.). Мать очень много времени уделяла дочери, что помогало ей переживать и восполнять тот дефицит эмоций, которой она недополучала в браке. Мать была властной женщиной и привыкла, чтобы все в доме подчинялось ее воле, поэтому и дочь она контролировала очень жестко: что одеть, что сказать, что сделать. Пока дочь была маленькой, такой стиль воспитания ей не вредил. Но девочка выросла и взбунтовалась, стала проявлять самостоятельность, которой мать решительно воспротивилась. Постоянный рост независимости дочери все больше и больше отдалял их друг от друга. Как результат – бесконечные конфликты между матерью и дочерью». 1. Сформулируйте проблему и ее причины. 2. Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов психолого-педагогической работы)?

Ситуационная задача №3. «К психологу пришла мама ученицы, которая учится в 10 классе и попросила помощи. Она рассказала, что ее дочь до 6-7 класса была веселой, активной девочкой, хорошо училась в школе, любила общаться с детьми и одноклассниками, много времени отдавала внеклассной работе. Сейчас, она совсем изменилась. Замкнулась, перестала общаться с друзьями, теряется в присутствии незнакомых людей, сторонится компаний и шумных собраний. Стала хуже учиться. Все свободное время проводит в своей комнате. Придирчиво относится к своей внешности. Живет своей довольно напряженной жизнью, иногда прорывающейся в нервных репликах и подавленном настроении. На искренний разговор не идет». 1. Сформулируйте проблему и ее причины. 2. Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов психолого-педагогической работы)?

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете)

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущий контроль по соответствующей теме (лекции)).

Тема 3. Мотивация личности

Мотивация как ведущий фактор регуляции активности личности, ее поведения и деятельности представляет

исключительный интерес для всех людей, ведь за объективно абсолютно одинаковыми поступками, действиями человека могут стоять совершенно разные причины, побудившие их к этой деятельности

В современной психологии понятие «мотив» представляет определенную научную проблему. Одни под *мотивом* понимают психическое явление, становящееся побуждением к действию (К.К. Платонов), другие – осознаваемую причину, лежащую в основе выбора действий и поступков личности. Считают также, что *мотив* – это то, что, отражаясь в голове человека, побуждает к деятельности, направляет ее на удовлетворение определенной потребности. При этом подчеркивают, что в качестве мотива выступает не сама потребность, а предмет потребности (А.Н. Леонтьев).

Мотивация представляет совокупность психических процессов, которые придают поведению энергетический импульс и общую направленность.

Мотив может характеризоваться не только количественно (по принципу «сильный – слабый»), но и качественно.

Кроме того, в психологии мотивов, выделяя внутреннюю и внешнюю мотивацию, предполагают, что внутренняя мотивация представляет собой желание придерживаться определенного поведения ради него самого и действовать эффективно («это мне надо»). Внешняя мотивация – желание придерживаться определенной линии поведения с целью получить вознаграждение или избежать наказания («этого от меня хотят»).

Классифицируя мотивы, можно выделить *осознанные* и *неосознанные* мотивы. *Осознанные* мотивы те, в которых человек понимает причину поступка, поведения и может ответить на вопрос «почему я это сделал или должен сделать?» *Неосознанные* мотивы «закрываются» от рассуждений и ответа на вопрос: «почему?»

Тот мотив, который мы оцениваем как главный, называется *ведущим* мотивом (смыслообразующим). Именно этот мотив склоняет чашу весов в пользу данного действия, наполняет человека энергетикой активности (человек уже не может сидеть сложа руки, ему надо срочно заняться делом). Другие мотивы, назовем их *второстепенными*, лишь дополняют значимость того

действия, которое нужно делать, усиливают ситуацию, осознания необходимости разрешения проблемы. Все вместе ведущие и второстепенные мотивы представляют иерархию (соподчинение)

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельного изучения:

1. Что такое мотивация и почему она важна для личностного развития?
2. Какие основные теории мотивации существуют (например, теория Маслоу)?
3. Какие типы мотивации (внутренняя и внешняя) вы можете выделить, и как они влияют на поведение человека?
4. Какие методы и техники можно использовать для повышения личной мотивации?
5. Какова роль самооценки и уверенности в себе в процессе мотивации?

2. Темы для ЭССЕ:

1. Определите критерии развитости мотивационной сферы личности.
2. Назовите и охарактеризуйте основные составляющие мотивационной сферы личности.
3. Назовите важнейшие виды мотивации человека.
4. Выделите основные мотивы профессиональной и учебной деятельности.
5. Охарактеризуйте основные проблемы мотивационного объяснения человеческих поступков.

3. Выберите одну из предложенных **задач онлайн-курса по дисциплине «Психология»** на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. Аида и Люда - ученицы 10 класса. У них примерно одинаковая успеваемость и одинаковое положение в коллективе. Когда в начале учебного года они узнали, что их класс будет расформирован, то Аида с удовольствием заявила, что наконец-то расстанется с ребятами, которые её обидели. Люда же с досадой заметила, что теперь она опять будет в одном классе с Р. и У., с которыми она порвала дружбу. Однако после расформирования класса Люда в первые же дни познакомилась со всеми, а Аида долго даже не подходила к новым ученикам. (По А. И. Ильиной.) Какое свойство темперамента

проявилось у Аиды и Люды? По каким признакам это можно установить?

Ситуационная задача №2. Ира Н., восьми лет. Девочка живая, жизнерадостная, кокетливая, любит поболтать; добрая, но завистливая, старается быть заметной в коллективе, заслужить похвалу. Общительна, но очень обидчива. Ира интересуется всем, но её интересы не стойки, она быстро остывает. Много уделяет внимания своей внешности: часами может сидеть перед зеркалом, менять причёски, перевязывать ленты, вкладывать в волосы цветы. Девочка в коллективе активна, но если в общей работе приходится подчиняться кому-либо из товарищей, она теряет к занятию всякий интерес, становится ко всему безучастной. (По П. М. Якобсону). В характеристике личности выделите моменты, в которых проявляются черты характера и свойства темперамента. Дайте обоснование своего ответа.

Ситуационная задача №3. А. В семье, в детском саду, в школе Саша проявлял и проявляет себя подвижным, впечатлительным и реактивным ребёнком. Мальчик тяжело переносит всякое ожидание и тормозное состояние: он начинает нервничать, становится непоседливым, невнимательным. (По Л. И. Урманскому.) Б. Шестилетний Толя, нервный, самолюбивый и раздражительный мальчик, не терпел никаких возражений со стороны товарищей. Если с ним не соглашались, он плакал, угрожал, разрушал чужие постройки. На критику Толя реагировал бурно, не умел отстаивать свою мысль спокойно, убегал от детей со слезами и угрозами. (По В. С. Мерлину.) Определите, проявляется ли в приведённых примерах характер человека. Дайте обоснование своего ответа.

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущий контроль по соответствующей теме (лекции)).

Тема 4 Эмоционально-волевая сфера личности

Эмоции - психическое отражение в форме пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, в основе которого лежит отношение их объективных свойств к потребностям субъекта.

Изучением эмоций занимались такие выдающиеся отечественные и зарубежные психологи и нейрофизиологи как П. К. Анохин, Л. С. Выготский, Ч. Дарвин, У. Джеймс, К. Изард, Карл Георг Ланге, А. Н. Леонтьев, Конрад Лоренц, А. Р. Лурия, Герберт Спенсер, К. В. Судаков, Поль Фресс и др.

Функции эмоций

1. *Отражательная функция* заключается в том, что человек может ориентироваться в окружающей действительности, оценивать предметы и явления с точки зрения их желательности.
2. *Сигнальная функция.* Возникающие переживания сигнализируют человеку о его потребностях, о том, какие препятствия встречает он на своем пути, на что надо обратить внимание в первую очередь и так далее.
3. *Информационная функция.* Чувства подают нам сигнал о том, что является для человека наиболее важным, значимым во всем разнообразии окружающих предметов, явлений, людей.
4. *Стимулирующая функция.* Чувства определяют направление поиска, способное удовлетворить решение задачи. Эмоциональное переживание содержит образ предмета удовлетворения потребности и свое пристрастное отношение к нему, что и побуждает человека к действию.
5. *Регулятивная функция.* Переживания выполняют также роль регулятора нашего поведения, деятельности и способов ее выполнения.
6. *Подкрепляющая функция.* Интересный материал, важные факты и события, вызывающие сильную эмоциональную реакцию, быстрее и надолго запечатлеваются в памяти.
7. *Переключательная функция* чувств особенно ярко обнаруживается при конкуренции мотивов.
8. *Приспособительная функция.* Эмоции представляют собой одну из форм видового опыта. Опираясь на них, индивид

выполняет необходимые действия, способствующие его выживанию и продолжению рода.

9. *Коммуникативная функция.* Выражение лица и телодвижения позволяют человеку передавать свои переживания другим людям, информировать их о своем отношении к предметам и явлениям окружающей действительности.
10. *Защитная функция.* В некоторых жизненных ситуациях эмоции могут предохранять организм от разного рода угроз для его благополучия.

Чувства - сложный комплекс разнообразных эмоций, связанных у человека с теми или иными людьми, предметами, событиями. Чувства имеют предметную отнесенность, то есть они возникают и проявляются только по отношению к определенным объектам: людям, предметам, событиям и тому прочему.

Настроение - общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течение значительного времени отдельные психические процессы и поведение человека. Настроение существенно зависит от общего состояния здоровья, от работы желез внутренней секреции и особенно от тонуса нервной системы. Именно этот вид настроения называют самочувствием. На настроение влияют окружающая природа, события, выполняемая деятельность и люди. Настроения могут различаться по продолжительности. Устойчивость настроения зависит от многих причин: возраста человека, индивидуальных особенностей его характера и темперамента, силы воли, уровня развития ведущих мотивов поведения. Настроение накладывает существенный отпечаток на поведение. Настроение может как стимулировать, усиливать, так и подавлять, расстраивать деятельность человека.

Эмоции в строгом значении слова - это непосредственное, временное переживание какого-либо чувства.

Аффектами называют кратковременные, но сильные эмоциональные переживания, бурно проявляющиеся в поведении человека и имеющие яркое внешнее выражение в его жестах, мимике, пантомимике, модуляциях голоса.

Стресс - эмоциональное состояние, возникающее в ответ на разнообразные экстремальные воздействия.

Страстью называют сильное, стойкое, всеохватывающее чувство, определяющее направление мыслей и поступков человека.

Фрустрация - психическое состояние человека, вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так воспринимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели или к решению задачи, переживание неудачи.

Воля - сознательная саморегуляция поведения, проявляющаяся в преднамеренной мобилизации поведенческой активности на достижение целей, осознаваемых субъектом как необходимость и возможность, способность человека к самодетерминации, самомотивации и саморегуляции (М.И. Еникеев).

Волевое поведение обусловлено внутренним планом действий, сознательным выбором цели и средств деятельности с учетом условий, необходимых для достижения планируемого результата, опережающим отражением действительности.

Каждый волевой акт сопровождается определенной мерой волевых усилий по преодолению внешних и внутренних препятствий.

Каждое действие совершается для достижения определенной цели. Цели деятельности определяют характер и последовательность действий, а конкретные условия действий - характер и последовательность операций.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельного изучения:

1. Эмоции и чувства. Основные функции чувств – сигнальная, регулятивная, экспрессивная. Эмоциональные состояния, их внешнее выражение.

2. Нейрофизиологические механизмы эмоций.

3. Основные эмоциональные состояния настроение, страсти, аффект, фрустрация, стресс. Классификация и виды эмоций. Моральные, интеллектуальные, эстетические, практические чувства.

4. Функции и классификация эмоций.

5. Особые эмоциональные состояния (стресс, фрустрация, аффект).

6. Теории эмоций.

2. Темы для ЭССЕ:

1. Охарактеризуйте психические состояния и их место в структуре психики.

2. Опишите известные вам функции эмоций. Может ли одна и та же эмоция выполнять разные функции?

3. В чем состоит индивидуальное своеобразие эмоций и чувств?

4. Назовите основные признаки воли.

5. Что понимается под психической саморегуляцией личности?

3. Выберите одну из предложенных **задач** онлайн-курса по дисциплине «Психология» на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. Проследите, какие черты характера начинают формироваться у Оли и Саши. Укажите, какие из перечисленных приёмов будут целесообразны для Оли, какие для - Саши: 1. Вовлечь в общественную работу, дающую простор для проявления инициативности и самостоятельности, дающую опыт преодоления трудностей и препятствий. 2. Ограничивать объём дел поручений и строго контролировать доведение их до конечного результата. 3. При оценке работы акцентировать внимание на ошибках и неудачах, скромно оценивать достигнутые успехи. 4. При оценке работы и результатов акцентировать внимание на удачах, оценивать деятельность положительно. 5. Чаще давать поручения, требующие совместной деятельности. Саша всегда в движении, не знает, куда руки девать, постоянно что-то вертит в них, то тянет руку невпопад, то ущипнет соседа, стремглаз вылетает из класса после звонка. Оля может часами сидеть не шелохнувшись, отвечает степенно, тянет руку лишь в том случае, когда уверена в правильности ответа, всегда посвящена в содержание вопроса, отвечает обстоятельно, всесторонне. У Саши выразительное лицо, настоящее зеркало его души; у Оли не лицо, а маска. Саша легко вступает в контакт со сверстниками; Оля чуждается людей. У Саши много друзей, он их легко приобретает и легко с ними расстаётся; Оля друзей не имеет, хотя мечтает о настоящей верной подруге. Саша живо и быстро откликается на любое событие в классе; Оля по своей инициативе ни в одном

«происшествии» не участвует. Реакции её строго избирательны, она замкнута, робка, её легко можно расстроить, огорчить, заставить заплакать. Свои переживания она скрывает и запечатлеывает лишь в дневнике, которому уделяет много времени. У Саши нет секретов от друзей, любое его переживание тотчас же проявляется. Саша предпочитает подвижные игры, Оля - «комнатные». В сложной непривычной обстановке Оля легко теряется, Саша - нет. Любое посильное дело Оля доводит до конца, а Саша охотно принимается за всякое дело, но легко о нём забывает. Оля медлительна, не любит суеты; Саша порывист, суетлив. Поступая опрометчиво, он не извлекает уроков из ошибок и неудач. Он решителен, от решения быстро переходит к делу. Оля нерешительна, увязает в борьбе разных мотивов; она впечатлительна, её легко можно выбить из колеи, причём надолго, она принимает близко к сердцу, как удачу, так и неудачу. Неудачи резко сказываются на её поведении. Она весьма сосредоточена на себе, анализ собственных переживаний - её любимое занятие. Оля подозрительна. Усидчивость сочетается в Оле со старательностью. Она обдумывает каждый свой шаг, соизмеряет его с обязательными для неё нормами поведения, хотя никогда не уверена, что поступает правильно. Саше присуща самоуверенность, не имеющая под собой никаких оснований. Неудачи почти не влияют на его поведение. По своей инициативе Саша делает лишь то, что приятно в данный момент, равнодушен к мнению о себе других людей. Будучи предоставлен самому себе, он не знает, чем заняться, тяжело переносит одиночество, делает всё наспех, доверчиво относится ко всем, неусидчив, тянется ко всему непривычному, новому. Саша беспечен, не задумывается над последствиями, вытекающими из его поступков. Увлечения меняет часто. (По А. П. Краковскому.)

Ситуационная задача №2. «К психологу пришла мама ученицы, которая учится в 10 классе и попросила помощи. Она рассказала, что ее дочь до 6-7 класса была веселой, активной девочкой, хорошо училась в школе, любила общаться с детьми и одноклассниками, много времени отдавала внеклассной работе. Сейчас, она совсем изменилась. Замкнулась, перестала общаться с друзьями, теряется в присутствии незнакомых людей, сторонится компаний и шумных собраний. Стала хуже учиться. Все свободное

время проводит в своей комнате. Придирчиво относится к своей внешности. Живет своей довольно напряженной жизнью, иногда прорывающейся в нервных репликах и подавленном настроении. На искренний разговор не идет» 1. Сформулируйте проблему и ее причины. 2. Какой алгоритм работы возможен с участниками ситуации (с указанием методов психолого-педагогической работы)?

Ситуационная задача №3. В практической психологии используется следующее упражнение. Человеку предлагается выбрать какой-либо предмет в окружающем пространстве, а затем рассказать «о себе» от имени этого предмета. При выполнении упражнения человек обнаруживает, что рассказывая о предмете, на самом деле он рассказывает о себе. Выполнение такого упражнения способствует лучшему осознанию себя, осознанию того, что является важным для человека в настоящий момент. Объясните психологическое явление, которое используется в данном упражнении, с научной точки зрения.

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущей контроль по соответствующей теме (лекции)).

Тема 5 Познавательные психические процессы.

Познавательные процессы – это психические явления, обеспечивающие, непосредственно в своей совокупности, познание, т.е. восприятие информации, ее переработку, хранение и использование. К их числу относятся: ощущения, восприятия, представления, внимание и память, воображение и мышление. Важнейшая функция всех познавательных процессов состоит в том, чтобы сообщать сведения разного толка об окружающей действительности и о нас самих для планирования дальнейших действий. С помощью этих процессов мир в сознании отражается таким, каким он представляется человеку в данный момент; они позволяют возобновить в сознании прошлое, строить образные модели, обеспечивают решение задач, используя знания

Функции психических процессов целиком и полностью зависят от вида. Познавательные: восприятие; память; мышление; ощущение; воображение; представление; речь; внимание.

Восприятие – это целостное отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при их непосредственном воздействии на органы чувств.

Память – это комплекс познавательных способностей по накоплению, сохранению и воспроизведению знаний и навыков. Память тесно связана с мышлением, восприятием и ощущениями.

Мышление – это процесс моделирования закономерностей окружающего мира, высший этап обработки информации человеком. Можно сказать, что это окончательный психический процесс, который руководит личностью.

Ощущение – это психическое отражение отдельных свойств и состояний внешней среды, субъектов внешних или внутренних стимулов при участии нервной системы.

Воображение – умение человека создавать в сознании образы, идеи и представления, а также манипулировать ними.

Представление – это образ явления или предмета, которые здесь и сейчас человек не воспринимает. Отличается от воображения тем, что человек пытается просто вспомнить образ, а не придумать нечто новое.

Речь – форма общения людей посредством языковых конструкций. Неотъемлемо связана с мышлением и представлением.

Внимание – избирательная направленность восприятия на тот или иной объект. Очень тесно связано с памятью, а также волей.

Познавательные процессы (внимание, ощущение и восприятие, память, мышление, воображение, речь) входят как составная часть в любую человеческую деятельность и обеспечивают ту или иную ее эффективность. Познавательные процессы позволяют человеку предварительно определять цели, планы, содержание и результаты деятельности, которую он должен выполнить, предусматривать ее ход и последствия, руководить ею. Познавательная (когнитивная сфера) помогает человеку в построении модели мира. В реальном познании все когнитивные процессы объединены, взаимообусловлены, действуют как части

механизма, который обеспечивает адаптацию человека к изменениям в окружающей среде.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельной работы:

1. Понятие об ощущении. Классификация ощущений
2. Понятие о восприятии. Отличие восприятия от ощущения. Предметность, целостность, константность, осмысленность, избирательность восприятия. Классификация восприятий. Их виды.
3. Понятие о внимании. Физиологические основы внимания. Основные функции внимания. Виды внимания. Свойства внимания (объем, устойчивость, колебание, распределение, переключение).
4. Понятие о памяти. Механизмы памяти. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти и их особенности.
5. Понятие о мышлении. Формы мышления - понятия, суждения, умозаключения.
6. Значение речи в жизни личности. Механизмы речи. Виды речи. Функции речи. Речь как средство общения (коммуникации) и обобщения (мышления).
7. Понятие о воображении, его отличие от образов восприятия и памяти. Физиологические основы. Функции воображения.

2. Темы для ЭССЕ:

1. Дайте определения понятий «ощущение», «восприятие», «внимание», «память». Охарактеризуйте взаимосвязи между этими психическими процессами.
2. Назовите основные виды и свойства ощущений.
3. Охарактеризуйте важнейшие свойства образа восприятия.
4. Назовите свойства внимания и опишите их основные жизненные проявления.
5. Приведите примеры известных вам мнемонических приемов.

3. Выберите одну из предложенных **задач** онлайн-курса по дисциплине «Психология» на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить также в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. В беседе с конфликтологом клиент рассказывает конфликтные ситуации, которые у него

происходят в семье. При попытках выяснить причины конфликтов мужчина говорит, что виноваты его близкие (жена, дети) и упорно не желает признавать свой вклад в то, что происходит. Какой психологический феномен демонстрирует в своем поведении клиент? С помощью каких методов можно исследовать данный феномен? В рамках какой психологической концепции осуществляются исследования этого феномена?

Ситуационная задача №2. Английский исследователь У. Бельсон провел исследование, в ходе которого установил, что в отличие от мальчиков, просмотревших незначительное количество телевизионных передач, содержащих сцены жестокости, те, кто видел их в большом количестве (и особенно с реалистическими, а не мультипликационными изображениями насилия), в течение последних шести месяцев совершали почти на 50% больше правонарушений. Какой психологический феномен исследовался в данном случае? С помощью каких методов можно исследовать данный феномен? В рамках какой психологической концепции осуществлялись исследования проявления этого феномена в поведении людей, социальные причины его формирования?

Ситуационная задача №3. Исследования Дж. Роттера показали, что существуют две противоположные группы людей. Представители первой группы считают, что успех и благополучие в жизни зависит в большей степени от них самих, а представители второй группы считают, что успех и благополучие в жизни зависит в большей степени от внешних обстоятельств. Как называют представителей этих групп в психологической науке? С помощью каких методов можно изучать описанные психологические характеристики? В рамках какой психологической концепции проводилось указанное исследование?

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущий контроль по соответствующей теме (лекции)).

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

Воображение тесно связано с мышлением. Подобно мышлению, оно позволяет предвидеть будущее. Что общего и к чему сводятся различия между воображением и мышлением?

Общее заключается в следующем: воображение и мышление возникают в проблемной ситуации, т.е. в тех случаях, когда необходимо отыскать новое решение; воображение и мышление мотивируются потребностями личности. Реальному процессу удовлетворения потребностей может предшествовать иллюзорное, воображаемое удовлетворение потребностей, т.е. живое, яркое представление той ситуации, при которой эти потребности могут быть удовлетворены.

Различия заключаются в следующем: опережающее отражение действительности, осуществляемое в процессах воображения, происходит в конкретно-образной форме, в виде ярких представлений, в то время как опережающее отражение в процессах мышления происходит путем оперирования понятиями, позволяющими обобщенно и опосредованно познавать мир; в процессе деятельности воображение выступает в единстве с мышлением. Ценность воображения состоит в том, что оно позволяет принять решение при отсутствии требуемой полноты знаний, необходимых для выполнения поставленных задач. Фантазия позволяет "перепрыгнуть" через какие-то этапы мышления и все-таки представить себе конечный результат. Однако в этом же заключается и слабость подобного решения проблемы. Особенно важную роль воображение играет в научном и художественном творчестве. Творчество без активного участия воображения вообще невозможно. Воображение играет важную роль на ранних стадиях решения научной проблемы и нередко ведет к замечательным догадкам. В отличие от научного мышления, ограничивающего фантазию человека требованиями безусловной достоверности, разумности, целесообразности, доказательности и логичности, в искусстве не существует ограничений ни для воображения, ни для ума.

Творчество связано со всеми свойствами личности и проявляется во всех его конкретных видах: научном, изобразительном, литературном и т.д.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельной работы:

1. Как вы определяете понятия "мышление", "воображение" и "творчество"? В чем их основные отличия и пересечения?

2. Какое значение имеет критическое мышление для профессиональной деятельности? Приведите примеры ситуаций, в которых оно особенно важно.

3. В каких профессиях, на ваш взгляд, воображение играет ключевую роль? Обоснуйте свой ответ.

4. Как творческий подход может влиять на разрешение сложных задач в вашей области деятельности?

5. Какие техники и методы можно использовать для развития креативного мышления? Как вы можете их применить в своей практике?

2. Темы для ЭССЕ:

1. Какими качествами, на ваш взгляд, должно отличаться мышление современного специалиста?

2. Какие способы активизации и повышения эффективности мыслительной деятельности вы знаете?

3. Что такое «интеллект»? Какая связь существует между интеллектом и жизненным успехом человека?

4. Как связаны друг с другом интеллектуальные и творческие способности?

5. Приведите примеры использования различных приемов воображения в жизни, искусстве.

3. Выберите одну из предложенных задач на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. В 30-х г.г. прошлого столетия А.Р. Лурия проводил исследование мышления у крестьян, живущих в отдаленных кишлаках. В рамках этого исследования он предлагал им решить простую логическую задачу: «На далеком Севере все медведи белые», «Новая Земля находится на Далеком Севере», «Какого цвета медведи на Новой Земле?». Оказалось, что крестьяне не могли ответить на поставленный вопрос. Они говорили, что не знают какого цвета там медведи, потому что они там не были и этих медведей не видели. Объясните полученные в эксперименте

результаты с научной точки зрения.

Ситуационная задача №2. «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. Как вести себя с таким человеком, чтобы общение с ним было более конструктивным?» Определите акцентуацию характера Петрова В.И. Какая стратегия поведения его коллег будет способствовать более оптимальному взаимодействию с таким человеком?

Ситуационная задача №3. «В нашем коллективе работает Николаева О.А. Мы вместе готовим очень важный проект, и сделать его нужно быстро. О.А. человек обстоятельный, все делает очень тщательно, но медленно. Замечания руководителя о том, что нужно все делать быстрее, не оказывают на нее никакого влияния. Остальные сотрудники начинают раздражаться и обвинять О.А. в нерасторопности, и это ни к чему хорошему не приводит. Как нам следует вести себя в этой ситуации?» Определите тип темперамента Николаевой О.А. Какая стратегия поведения коллег будет способствовать более оптимальному взаимодействию с таким человеком?

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущий контроль по соответствующей теме (лекции)). Решение также прикрепляется в личный кабинет.

Тема 7. Индивидуальное в психике человека

Психика каждого человека уникальна, ее неповторимость связана с особенностями биологического и физиологического строения и развития организма, с уникальной системой социальных связей. Темперамент относится к биологически обусловленным структурам психики человека. Когда говорят о темпераменте,

имеют в виду такие психические различия между людьми, как различия по глубине, интенсивности, устойчивости эмоций, эмоциональной впечатлительности, темпу, энергичности действий и другие динамические, индивидуально-устойчивые особенности психической жизни, поведения и деятельности.

Создателем учения о темпераментах считается древнегреческий врач Гиппократ (V в. до н.э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением четырех основных «соков организма» – крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи, входящих в его состав.

Темперамент – индивидуально-своеобразная, природно-обусловленная совокупность динамических проявлений психики, которые одинаково проявляются в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, они остаются постоянными на протяжении жизни человека.

Темперамент отражает формальные стороны протекания психических процессов и их проявления в поведении, не затрагивая их содержания (предметной направленности, эмоционального фона и т.п.). Характер же определяет именно то содержание, которое может быть представлено в различном по типу темперамента поведении. Например, подозрительность как черта характера может иметь разное выражение у холерика и меланхолика, сама же подозрительность от типа темперамента почти не зависит. В данном случае характер больше определяется личностными особенностями человека. Настойчивость как черта характера у холерика может быть выражена в виде взрывчатого давления, достигающего до нахальства, а у флегматика может выразиться в готовности терпеливо преодолевать сопротивление. Особенности темперамента определяют проявление черт характера.

Темперамент и характер образуют систему индивидуальности, определяющую общий облик человека. Особенности темперамента могут препятствовать или способствовать развитию определенных сторон характера. Так, флегматику труднее, чем холерику или сангвинику, сформировать у себя инициативность и решительность. Для меланхолика серьезной проблемой может стать преодоление робости и тревожности. С другой стороны, характер может создать условия для развития у холериков большей

сдержанности и самокритичности, у сангвиников – усидчивости, у флегматиков – активности.

Характер имеет большое значение не только для самой личности, но и для общества. Жизнь и работа коллектива, особенно настроение каждого человека, определяются качествами характеров индивидов. Случается так, что один человек с трудным характером мешает жить всему коллективу. Из-за такого человека в коллективе возникают нередко конфликтные отношения, склоки, которые отражаются на работе и жизнеощущениях всех людей.

Темперамент является природной основой проявления психологических качеств личности. Однако при любом темпераменте можно сформировать у человека качества, которые несвойственны данному темпераменту. Психологические исследования и педагогическая практика показывают, что темперамент несколько изменяется под влиянием условий жизни и воспитания. Темперамент может изменяться и в результате самовоспитания. Даже взрослый человек может изменить в определенную сторону свой темперамент.

Интересно отметить, что некоторые люди, познав особенности своего темперамента, преднамеренно сами вырабатывают определенные методы, чтобы овладеть им. Знание типа темперамента и умение определить тип у конкретного человека или группы людей помогает человеческой личности найти подход к конкретному человеку и лучше построить отношения с ним и в коллективе. Важнейший фактор, определяющий темперамент, – характеристики нервной системы. Но не во всём он зависит от наследственных свойств нервной системы, т.к. временная и социальная динамика, сдвигаясь тоже оказывает на темперамент влияние.

Черты темперамента и характера органически связаны и взаимодействуют друг с другом в целостном едином облике человека, образуя неразделимый сплав – интегральную характеристику его индивидуальности.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельной работы:

1. Понятие темперамента.

2. Природная основа темперамента. Соотношение свойств нервной системы и типа темперамента.

3. Теории темперамента: гуморальная теория Гиппократата; конституциональные теории (Э. Кречмер, У. Шелдон); психофизиологическая теория И.П. Павлова; психологическая теория темперамента (Теплов Б.М., Русалов В.М., Мерлин В.С. др.)

4. Характеристика типов темперамента.

5. Понятие и типологии характера.

6. Акцентуации характера.

3. Выберите одну из предложенных задач на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущей контроль по соответствующей теме (лекции)). Решение также прикрепляется в личный кабинет.

2. Темы для ЭССЕ:

1. В чем сущность различных подходов к пониманию темперамента и его компонентов?

2. Охарактеризуйте основные типы темперамента. В чем их сильные и слабые стороны?

3. Как вы понимаете сущность характера? Какова его природа и структура?

4. Как происходит формирование характера?

5. Дайте определения понятий «способности» и «задатки». В чем различие между ними?

3. Выберите одну из предложенных **задач** на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. «В нашем коллективе есть люди, относящиеся к разным национальностям и имеющие различное вероисповедание. Я сам являюсь атеистом и считаю, что каждый имеет право верить в то, во что считает нужным. Во время обеденного перерыва мой коллега, мусульманин, стал говорить о том, что его религия самая истинная. И тогда я стал с ним спорить

и критически высказался по поводу его религии. Разговор закончился тем, что каждый остался при своей точке зрения. Он очень рассердился на меня и почти перестал со мной разговаривать, а это мешает нашей совместной работе». Какое поведение в данной ситуации было бы более конструктивным? Проанализируйте эффективность поведения участников исходя из теории трансактного анализа Э. Берна и стратегий взаимодействия К. Томаса – Р. Килменна.

Ситуационная задача №2. Определите, к какой категории эмоциональных явлений (положительные и отрицательные эмоции, стенические и астенические эмоции, настроение, аффект, страсть, стресс) относится переживание, описанное в каждом случае. По каким признакам это можно установить? А. Получив в свои ворота гол, игроки стали неузнаваемы - куда девались их задор и одержимость. (По В. С. Мерлину.) Б. Во время сдачи вступительного экзамена по математике сильный ученик, отличник, не может справиться с простенькой задачей. Говорит, что у него какое-то странное состояние: всё забыл. (По В. С. Мерлину.) В. Ученик 7 класса рассказывает, что когда он очень расстроен, то всегда всем начинает говорить грубости. Злоба так захватывает его, что он хочет её вылить на других. Из-за этого возникают ссоры, драки и прочие недоразумения. Позже он жалеет о случившемся и раскаивается. (По В. А. Крутецкому, Н. С. Лукину.) Г. Добросовестная и прилежная ученица была спрошена учителем. В это время в класс вошёл директор школы. Девочка растерялась и сразу замолчала. На наводящие вопросы отвечала сбивчиво. Создалось впечатление, что она не знает урока. После того, как директор вышел из класса, девочка бойко и уверенно ответила по всему тому материалу, который безуспешно пыталась воспроизвести ранее. (По В. С. Мерлину.) Д. При обучении прыжкам с парашютом некоторые новички не находят в себе сил покинуть борт самолёта. Иных только повторным приказом удаётся заставить сделать шаг за борт самолёта. Страх и волнение не оставляют их и тогда, когда шёлковый купол парашюта раскрывается над ними, они теряют способность воспринимать происходящее и не могут сделать ни одного разумного действия. Иногда такое состояние не преодолевается и приходится

расставаться с мыслью о прыжках. (А. Усков и Н. Мясников. Лётчик-испытатель.) Е. Графиня Ростова после получения известия о гибели сына Пети «лежала на кресле, странно-неловко выпячиваясь, и билась головой о стену... - Наташу!- кричала она, отталкивая от себя окружающих. - Подите прочь все, неправда! Убили! Ха-ха-хаха!...неправда!» (Л. Н. Толстой. Война и мир.) Д. В условиях нерешённой задачи у испытуемого повысилась двигательная активность. В течение всего опыта он насвистывал, напевал, постукивал по столу пальцами, тёр руки и лицо. Движения, прежде осторожные и точные, стали сильными и размашистыми. Испытуемый стал необыкновенно говорлив: к звуковому сигналу на ошибку отнёсся резко отрицательно. Затруднения высказывал вслух. Работа прерывалась залпами озвученных вздохов: «Ух! Ой, ой, ой!» в конце опыта появилась одышка. Но сознательный контроль не был нарушен. Испытуемый использовал логические выкладки при определении допущенных ошибок. (По В. В. Суворовой.)

Ситуационная задача №3. Определите, людям с какими акцентуациями характера могут быть свойственны перечисленные ниже характеристики поведения. Любовь к экстравагантной одежде, недостаток воли, склонность к «умственной жвачке», тяга к азартным играм и риску, склонность к пафосу, патетика в речи, уход в себя, отсутствие эмпатии, тяга к одиночеству, тревожность, отсутствие застенчивости, осторожность, равнодушие, чувство собственной недостаточности, подозрительность, агрессивность, ипохондрия, быстрая смена настроений, утомляемость, аффективные вспышки, склонность к вере в ритуалы и амулеты, трусость, суеверность, брызжущая энергия, низкая работоспособность, непрочные привязанности, легкая адаптация к незнакомой обстановке, необязательность, тяга к лидерству, хвастливость, слезливость, картинные всплески «отчаяния», избегание трудностей.

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущей контроль по соответствующей теме (лекции)). Решение также прикрепляется в

личный кабинет.

Тема 8. Психология поведения и деятельности

Психология деятельности — основа и одно из базовых понятий всей отечественной психологии. Деятельность и активность не отделяются от самой категории психики (душевная составляющая), в том числе от методологии ее научного исследования, проблематики проявления и развития психики, определения понятия «личность» и анализа всего того, что составляет ее психический облик.

Наиболее завершенной психологической концепцией (теорией) деятельности принято считать теорию Леонтьева, разрабатывающего ее с середины 1940-х гг. с дополнениями, уточнениями и преобразованиями. Он сформулировал большое число трактовок деятельности. В самом широком плане поведение можно подразделить на два типа: врожденное и приобретенное, но между ними нет четкой границы, и большинство поведенческих реакций высших организмов, несомненно, содержит элементы того и другого типа.

Деятельность нельзя представлять в виде всякой активности человека. Это понятие А. Н. Леонтьев подчеркнуто отличал от деятельности. Деятельность заключается в целеустремленной активности, которая существует в психологических связях личности, потребностей, мотивов, целей и задач. Отсюда следует возможность осуществления, психологического выражения в деятельности самостоятельного отношения человека к миру.

Можно сказать, что психологически деятельность представляет собой не только внешний праксис в виде активного действия, но и личностное проявление и процесс формирования личности. По этой причине развернутое исследование деятельности, по существу, может сливаться с изучением всей психики. Со всем основанием деятельность приобретает общетеоретический, методологический статус как базовое понятие отечественной научной психологии. Тем не менее, далеко не всё в психике человека можно свести к этому данному феномену и понятию. Деятельность, личность и сознание — неразрывное диалектическое триединство, в котором не существует

главного (исходного), второстепенного (вытекающего) элемента.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельной работы:

1. Опишите основные концепции поведения и деятельности в психологии. Как они связаны между собой?

2. Какие основные психологические теории объясняют человеческое поведение? Приведите примеры для каждой теории.

3. Факторы поведения: какие внутренние и внешние факторы влияют на поведение человека? Как они взаимодействуют между собой?

4. Как психологические характеристики личности влияют на профессиональную деятельность? Приведите примеры.

2. Темы для ЭССЕ:

1. Как происходила эволюция поведения? Укажите врожденные и приобретенные.

2. Назовите и охарактеризуйте основные виды социально значимого поведения.

3. Сравните понятия «поведение» и «деятельность». Назовите основные виды деятельности.

4. Опишите макроструктуру и внутреннюю структуру деятельности.

5. В чем проявляется развитие деятельности?

3. Выберите одну из предложенных задач на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. Что утверждается в следующем отрывке из трактата Тита Лукреция Кара «О природе вещей»? С чем можно согласиться, что в нем можно опровергнуть? Каковы современные позиции в этом вопросе? ...телесна природа Духа с душой, раз она и членами движет, и тело Будит внезапно от сна, и меняет лица выраженье, И человеком она целиком руководит и правит. Этого можно достичь не иначе, как осязаньем, А осязания нет без тела. Не ясно ль отсюда Нам, что и дух и душа обладают телесной природой?

Ситуационная задача №2. Что из приведенного списка относится к психологическим фактам, что — к психическим явлениям, а что не является ни тем и ни другим и почему?

Мышление, эмоциональное переживание, память, поведение, вера, низкая адаптация к темноте, колики в желудке, бессонница, галлюцинация, творчество, любовь к чтению, дыхание, эмпатия, зубная боль, способности, обучаемость, идеалы, озноб, бесстрашие, потливость, голод, иллюзия, сон, некоммуникабельность, смерть, отчаяние, рефлексия, трудолюбие, одиночество, нетерпение, нравственность, многодетность, религиозность, представление, бедность, досада, обида, счастье.

Ситуационная задача №3.

Проанализируйте приведенные примеры. Объясните, как связаны между собой повседневная жизнь и бессознательное. В какой форме подавленные влечения просачиваются в сознание? 1. «Заседание закрыто... Ах, простите... Заседание открыто», — объявляет председатель. 2. Молодая женщина утверждает, что она ненавидит мужчин. Между тем по ночам ее часто посещают одни и те же кошмары: ее преследуют волосатые мужчины, от которых она не может убежать либо потому, что повредила ногу, либо потому, что упала... Только внезапное пробуждение дает ей возможность выйти из затруднительного положения. 3. Мальчик говорит, что он «обожает» свою младшую сестренку. Однако каждую ночь его застают у изголовья девочки: он наблюдает за ней и прислушивается к ее дыханию... а не умрет ли она во сне? 4. Прославленный хирург в самом деле «артистически» действует скальпелем и иглой. Его мать, однако, любит напоминать, что демонстрируемое им теперь спокойствие плохо сочетается с жестокостью по отношению к животным и даже к собственным братьям и сестрам, которую он проявлял с детства. 5. Читатель популярного медицинского журнала узнал об опытах над животными, которые проводятся в рамках экспериментальной работы по излечению от хронического алкоголизма, и прислал в редакцию возмущенное письмо, предлагая «защитить права несчастных безвинных животных» и проводить опыты над самими «отбросами общества», «никому не нужными бомжами», «опустившимися пьяницами» и «бытовыми» хулиганами.

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5. После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических

рекомендаций) приступайте к решению теста (текущей контроль по соответствующей теме (лекции)).

Тема 9. Психологические основы общения

Общение - один из важнейших инструментов социализации человека, способ его существования, удовлетворения и регулирования основных потребностей, главный канал взаимодействия людей.

Понятие «общение», как любое другое понятие в психологии, разрабатывалось многими исследователями и имеет разнообразные трактовки. В отечественной психологии сложилась устойчивая традиция связывать понятия «общение» и «деятельность».

В психологическом словаре (под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского, 1990) общение рассматривается как сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями в совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание людьми друг друга.

Общение обычно проявляется в единстве пяти его сторон: межличностной, когнитивной, коммуникативно-информационной, эмотивной и поведения.

Межличностная сторона общения отражает взаимодействие человека с непосредственным окружением: с другими людьми и теми общностями, с которыми он связан своей жизнью.

Когнитивная сторона общения позволяет ответить на вопросы о том, кто собеседник, что он за человек, чего от него можно ожидать, и многие другие, связанные с личностью партнера. Она охватывает не только познание другого человека, но и самопознание.

Коммуникативно-информационная сторона общения представляет собой обмен между людьми различными представлениями, идеями, интересами, настроениями, чувствами, установками и т.п.

Эмотивная сторона общения связана с функционированием эмоций и чувств, настроения в личных контактах партнеров. Они проявляются в выразительных движениях субъектов общения, их

действиях, поступках, поведении.

Поведенческая сторона общения служит целям согласования внутренних и внешних противоречий в позициях партнеров.

Психологическая же структура общения включает в себя четыре компонента.

Мотивационно-целевой компонент представляет собой систему мотивов и целей общения.

Основными целями общения могут быть: получение или передача полезной информации, активизация партнеров, снятие напряженности и управление совместными действиями, оказание помощи и влияние на других людей. Цели участников общения могут совпадать или противоречить, исключать друг друга.

Структура общения. Учитывая сложность общения, необходимо каким-то образом обозначить его структуру, чтобы затем возможен был анализ каждого элемента. Коммуникативная сторона общения, или коммуникация в узком смысле слова, состоит в обмене информацией между общающимися индивидами. Интерактивная сторона заключается в организации взаимодействия между общающимися индивидами, т.е. в обмене не только знаниями, идеями, но и действиями. Перцептивная сторона общения означает процесс восприятия и познания друг друга партнерами по общению и установления на этой основе взаимопонимания. В общении выделяются три функции: информационнокоммуникативная, регуляционнокоммуникативная, аффективно-коммуникативная. Коммуникационный компонент общения в узком смысле слова представляет собой обмен информацией между общающимися индивидами.

Все это и составляет процесс обмена информацией, которому присущи следующие особенности:

- если в кибернетических устройствах информация только передается, то в условиях человеческого общения она не только передается, но и формируется, уточняется, развивается;
- в отличие от простого «обмена информацией» между двумя устройствами в общении людей он сочетается с отношением друг к другу;
- характер обмена информацией между людьми определяется тем, что посредством используемых при этом системных знаков

партнеры могут влиять друг на друга, оказывать воздействие на поведение партнера;

- коммуникативное влияние как результат обмена информацией возможно лишь тогда, когда человек, направляющий информацию (коммуникатор), и человек, принимающий ее (реципиент), обладают единой или сходной системой кодификации или декодификации. В обыденной речи это значит, что люди «говорят на одном языке».

Интерактивный компонент общения состоит в обмене не только знаниями, идеями, но и влияниями, взаимными побуждениями, действиями. Взаимодействие может выступать в виде кооперации или конкуренции, согласия или конфликта, приспособления или оппозиции, ассоциации или диссоциации.

Перцептивный компонент общения проявляется в восприятии друг друга партнерами по общению, взаимном изучении и оценке ими друг друга. Это связано с восприятием внешнего облика, поступков, действий человека и их истолкованием.

Функции общения:

1) прагматическая функция общения отражает его потребностно-мотивационные причины и реализуется при взаимодействии людей в процессе совместной деятельности. При этом само общение очень часто выступает самой важной потребностью;

2) функция формирования и развития отражает способность общения оказывать воздействие на партнеров, развивая и совершенствуя их во всех отношениях. Общаясь с другими людьми, человек усваивает общечеловеческий опыт, исторически сложившиеся социальные нормы, ценности, знания и способы деятельности, а также формируется как личность;

3) функция подтверждения дает людям возможность познать, утвердить и подтвердить себя;

4) функция объединения-разъединения людей, с одной стороны, посредством установления между ними контактов способствует передаче друг другу необходимых сведений и настраивает их на реализацию общих целей, намерений, задач, соединяя их тем самым в единое целое, а с другой стороны, она может способствовать дифференциации и изоляции личностей в

результате общения;

5) функция организации и поддержания межличностных отношений служит интересам налаживания и сохранения достаточно устойчивых и продуктивных связей, контактов и взаимоотношений людей в интересах их совместной деятельности;

6) внутриличностная функция общения реализуется в общении человека с самим собой (через внутреннюю или внешнюю речь, достроенную по типу диалога). Такое общение может рассматриваться как универсальная форма мышления человека.

Средства общения. Общение возможно лишь при помощи знаковых систем. Различают вербальные средства общения (когда в качестве знаковых систем используются устная и письменная речь) и невербальные, когда применяются неречевые средства общения.

В вербальном общении обычно применяются два варианта речи: письменная и устная.

Письменная речь. Преимущества письменной речи становятся решающими там, где существенны точность и ответственность за каждое слово. Чтобы умело пользоваться письменной речью, нужно обогащать свой словарный запас, требовательно относиться к стилю.

Устная речь. Основное преимущество устной речи по сравнению с письменной заключается в экономности, т.е. для передачи одной и той же мысли в устной речи требуется меньше слов.

Задания на практическое занятие

1. Вопросы для самостоятельной работы:

1. Структура общения (коммуникативная, перцептивная, интерактивная стороны общения). Типы межличностного общения.

2. Общение как обмен информацией (коммуникативная сторона). Обратная связь. Коммуникативные барьеры. Виды информации. Знаковые системы передачи информации. Невербальные средства общения).

3. Общение как взаимодействие (интерактивная сторона) Теории межличностного взаимодействия. Стратегии поведения во взаимодействии.

4. Общение как познание людьми друг друга. Виды общения. Механизмы межличностной перцепции: идентификация, эмпатия,

аттракция, рефлексия, каузальная атрибуция.

2. Темы для ЭССЕ:

1. Назовите основные стороны и виды общения.
2. Почему представления о другом человеке могут быть искаженными? Какие психологические механизмы, факторы и эффекты могут способствовать неверной оценке собеседника в процессе межличностного восприятия?
3. Перечислите важнейшие условия эффективной коммуникации.
4. Назовите и охарактеризуйте основные виды слушания. 5. Укажите психологические условия, способствующие созданию эффективного взаимодействия.

3. Выберите одну из предложенных **задач онлайн-курса по дисциплине «Психология»** на странице do.swsu.ru в личном кабинете и решите ее, решение прикрепить в личном кабинете.

Ситуационная задача №1. Вы наверняка замечали, что некоторые люди способны прослезиться от сильных переживаний, смотря фильм или спектакль, читая книгу или слушая музыку. Чем можно объяснить эти явления в рамках психоанализа? Приведите из литературы или житейской практики другие примеры проявления того же феномена. Можно ли считать современные триллеры и фантастико-криминальные романы носителями того же эффекта?

Ситуационная задача №2. О каких методах психологического исследования идет речь в следующих фрагментах? 1 Психолог стремится собрать как можно больше информации по конкретному «случаю» для ответа на главный вопрос о генезисе и прогнозе психологических свойств, для определения статуса личности. Данный метод строится на основе ранее выдвигаемых гипотез. 2 Данный метод широко применяется в психологии личности. В качестве экспертов могут выступать лица, хорошо знающие испытуемых. Главная особенность метода заключается в том, что его используют не в виде описания количественных проявлений свойств, а в виде количественных оценок их проявления, а также выраженности тех или иных элементов поведения. Результаты данного метода фиксируют выраженность более или менее дробных частных элементов

поведения, понятных и однозначных. Обобщение зафиксированных результатов осуществляет профессиональный психолог. 3 Специализированные методы психологического исследования, с помощью которых можно получить количественную или качественную характеристику изучаемого явления. От других методов исследования эти методы отличаются тем, что предполагают стандартизированную выверенную процедуру сбора и обработки данных, а также их интерпретацию. 4 Одна из разновидностей предыдущего метода основана на системе заранее отобранных и проверенных, с точки зрения их валидности и надежности, вопросов, по ответам испытуемых на которые судят об их психологических качествах.

Ситуационная задача №3. Проанализируйте приведенные отрывки. В каких из них (и почему) можно рассматривать альтруизм как черту характера? 1.Ф. М. Достоевский никогда не выходил из дому без мелких денег для раздачи нищим, что, однако, не всегда одобряла его жена Анна Григорьевна, на плечи которой была возложена забота о бюджете и благополучии семьи. 2.Выдающийся гуманист нашего времени А. Швейцер для поддержания своей миссионерской деятельности в Ламбарене был вынужден периодически возвращаться к профессии органиста, что приносило ему доход, позволяющий и дальше следовать своему предназначению. 3.Известный американский психотерапевт Э. Шостром сознается, что он, как некая промежуточная стадия между психологом и бизнесменом, переживает глубокий душевный конфликт, связанный с физической невозможностью оказать помощь всем нуждающимся.

4. Выполните **тестовые** задания (тестовые задания найдете в личном кабинете, решение прикрепите в личном кабинете).

5.После выполнения п.п. 1-4 (см. стр. 4 методических рекомендаций) приступайте к решению теста (текущей контроль по соответствующей теме (лекции)).

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная учебная литература

1. Караванова, Л. Ж. Психология : учебное пособие / Л. Ж. Караванова. – 6-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2024. – 264 с. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711124> (дата обращения: 12.07.2024). – Режим доступа : по подписке. – Текст : электронный.

2. Ступницкий, В. П. Психология : учебник / В. П. Ступницкий. – 6-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2024. – 516 с. – (Учебные издания для бакалавров). – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711146> (дата обращения: 12.07.2024). – Режим доступа : по подписке. – Текст : электронный.

3. Общая психология : введение в общую психологию, психология познавательных процессов : учебное пособие / 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. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611384> (дата обращения: 12.07.2024). – Режим доступа : по подписке. – Текст : электронный.

4. Хуторная, М. Л. Психология : учебное пособие / М. Л. Хуторная; науч. ред. Г. А. Быковская. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2020. 57 с. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=612389> (дата обращения: 12.07.2024). – Режим доступа : по подписке. – Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература

5. Гуревич, П. С. Психология личности : учебное пособие / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити-Дана, 2017. – 560 с. – (Актуальная психология). –

URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=685002> (дата обращения: 19.07.2024). — Режим доступа : по подписке – Текст : электронный.

6. Общая психология. Введение в общую психологию. Психология познавательных процессов : учебное пособие для студентов психологических специальностей и направлений подготовки / под науч. и общ. ред.: Б. Н. Рыжова, Д. А. Донцова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 400 с. – URL:

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611384> (дата обращения 12.07.2024) . - Режим доступа : по подписке. - Текст : электронный.

7. Психология развития личности : учебное пособие / И. В. Казакова, Н. Н. Князева, О. А. Кочеулова. - Омск : ОмГПУ, 2020. - 200 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616208> (дата обращения 12.07.2024) . - Режим доступа : по подписке. - Текст : электронный.

8. Фрондзей, С. Н. Общая психология : учебное пособие / С. Н. Фрондзей. - Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2019. - 103 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598552> (дата обращения 12.07.2024) . - Режим доступа : по подписке. - Текст : электронный

Перечень методических указаний

1. 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 : ЮЗГУ, 2021. - 24 с. - Загл. с титул. экрана. - Текст : электронный.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Институт психологии РАН (<https://ipran.ru>).
2. Психологический институт Российской академии образования (ПИ РАО) (<http://www.pirao.ru>).
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»: <http://www.biblioclub.ru>
4. Электронная библиотека диссертаций российской государственной библиотеки: <http://diss.rsl.ru>
5. Электронная библиотека ЮЗГУ: <http://elibrary.kstu.kursk.ru>
6. Электронно-библиотечная система «Лань» коллекции изданий гуманитарного профиля и периодические издания (бесплатный контент): <http://e.lanbook.com>
7. Справочно-правовая система «Консультант Плюс»: <https://www.consultant.ru>

8. Общероссийский профсоюз медиаторов:
<https://профсоюзмедиаторов.рф>
9. Ассоциация «Лига медиаторов»: <http://arbimed.ru>