Документ подписан квалифицированной электронной подписью
Сертификат: [illegible]
Владелец: "АНО ВО «РОССИЙСКИЙ НОВЫЙ УНИВЕРСИТЕТ"
Действителен: с 02.03.2023 по 02.03.2024

Елецкий филиал Автономной некоммерческой организации высшего образования «Российский новый университет»

Отделение среднего профессионального образования

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
учебной дисциплины

ДК.02 Психология

наименование дисциплины

для специальности среднего профессионального образования

40.02.01 Право и организация социального обеспечения

код, наименование специальности

(базовая подготовка)

на базе основного общего образования

Елец 2021

Одобрен
предметной цикловой комиссией
общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта СОО, Рекомендаций по организации получения СОО в пределах освоения образовательных программ СПО на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности СПО (Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17 марта 2015 г. № 06-259 с уточнениями ФГАУ «ФИРО» Протокол № 3 от 25 мая 2017 г.), ФГОС по специальности СПО 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Протокол №____5____
от «05»___02___2021 г.
Председатель предметной
(цикловой) комиссии
/ В.И. Ильин

Начальник отделения СПО
_____/ О.В. Рыжкова

Составитель (автор): Рыжкова О.В., ст. преподаватель кафедры гуманитарных дисциплин и сферы обслуживания Елецкого филиала АНО ВО «Российский новый университет»

ПАСПОРТ
ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
дополнительного курса

ДК.02 Психология

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	ПК, ОК	Наименование раздела темы	Уровень освоения темы	Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	2	3	4	5	6
Знать: - предмет, задачи, методы психологии; - отрасли психологии; - особенности психологии как науки о функционировании и строении психического отражения реальности; - теоретические основы деятельности; - индивидуально-психологические особенности человека; - особенности функционирования и строения эмоционально-волевой сферы личности; - основные характеристики психических познавательных процессов личности; - взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения; - роли и ролевые ожидания в общении; - виды социальных взаимодействий; - механизмы взаимопонимания в общении в профессиональной деятельности; - техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения; - этические принципы общения в профессиональной деятельности; - психологические основы деятельности коллектива, - психологические особенности личности; - особенности социального и культурного контекста; - правила построения устных	ОК 02-06	**Раздел 1.** Введение в психологию. Предмет психологии **Тема 1.1**. Предмет, задачи, отрасли и методы психологии **Тема 1.2.** История развития психологического знания **Тема 1. 3.** Понятие о психике и сознании человека	2 2 2	Письменный опрос по теме «Психология как наука. Система психических явлений». Тест «Психологическая диагностика. Методы исследования» Практическое занятие №1 Психология как наука	Дифференцированный зачет

сообщений ***Уметь:*** - применять психологические знания для подхода к своей профессиональной деятельности; - составлять психологическую характеристику личности; - осуществлять познавательно-исследовательскую деятельность; - использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения; - применять приемы психологической саморегуляции.					
Обучающийся должен ***Знать:*** - особенности психологии как науки о функционировании и строении психического отражения реальности; - теоретические основы деятельности; - индивидуально-психологические особенности человека; - особенности функционирования и строения эмоционально-волевой сферы личности; - основные характеристики психических познавательных процессов личности; - взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения; - роли и ролевые ожидания в общении; - виды социальных взаимодействий; - механизмы взаимопонимания в общении в профессиональной деятельности; - техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения; - этические принципы общения в профессиональной деятельности; - психологические основы деятельности коллектива, - психологические особенности личности; - особенности социального и культурного контекста; - правила построения устных сообщений ***Уметь:*** - применять психологические знания для подхода к своей профессиональной	ОК 02-06	**Раздел 2.** Психология познавательных процессов **Тема 2.1** Ощущение и восприятие, их виды и свойства **Тема 2.2** Внимание и виды внимания. Память **Тема 2.3** Мышление и речь. Воображение и творчество	2 2 2	Тест «Познавательные процессы личности» Практическое занятие №2Ощущение и восприятие	Дифференцированный зачет

деятельности; - составлять психологическую характеристику личности; - осуществлять познавательно-исследовательскую деятельность; - использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения; - применять приемы психологической саморегуляции.					
Обучающийся должен ***Знать:*** - особенности психологии как науки о функционировании и строении психического отражения реальности; - теоретические основы деятельности; - индивидуально-психологические особенности человека; - особенности функционирования и строения эмоционально-волевой сферы личности; - основные характеристики психических познавательных процессов личности; - взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения; - роли и ролевые ожидания в общении; - виды социальных взаимодействий; - механизмы взаимопонимания в общении в профессиональной деятельности; - техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения; - этические принципы общения в профессиональной деятельности; - психологические основы деятельности коллектива, - психологические особенности личности; - особенности социального и культурного контекста; - правила построения устных сообщений ***Уметь:*** - применять психологические знания для подхода к своей профессиональной деятельности; - составлять психологическую характеристику личности; - осуществлять познавательно-исследовательскую деятельность; - использовать приемы саморегуляции поведения в процессе		**Раздел3.** Психология личности **Тема 3.1.** Психология, структура и развитие личности **Тема 3.2.** Психология темперамента **Тема 3.3.** Характер: понятие, структура **Тема 3.4.** Способности, их структура **Тема 3.5.** Эмоционально - волевая сфера личности **Тема 3.6.** Деятельность, структура и виды	2 2 2 2 2	Деловая игра (Мозговой штурм) «Совместимость людей с разными типами темперамента при взаимодействии в коллективе» Практическое занятие №3 Личность в психологии Практическое занятие №4Темперамент Опросник Г. Айзенка по определению темперамента Практическое занятие №5Характер Практическое занятие №6Эмоции и чувства Практическое занятие №7Стрессоустойчивость Практическое занятие «Психологическое здоровье личности»	Дифференцированный зачет

межличностного общения; - применять приемы психологической саморегуляции.					
Обучающийся должен ***Знать:*** - особенности психологии как науки о функционировании и строении психического отражения реальности; - теоретические основы деятельности; - индивидуально-психологические особенности человека; - особенности функционирования и строения эмоционально-волевой сферы личности; - основные характеристики психических познавательных процессов личности; - взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения; - роли и ролевые ожидания в общении; - виды социальных взаимодействий; - механизмы взаимопонимания в общении в профессиональной деятельности; - техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения; - этические принципы общения в профессиональной деятельности; - психологические основы деятельности коллектива, - психологические особенности личности; - особенности социального и культурного контекста; - правила построения устных сообщений ***Уметь:*** - применять психологические знания для подхода к своей профессиональной деятельности; - составлять психологическую характеристику личности; - осуществлять познавательно-исследовательскую деятельность; - использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения; - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; - грамотно излагать свои мысли;	ОК 02-06	**Раздел 4.** Психология человеческих взаимоотношений **Тема 4.1.** Общение, понятие, функции Общение и деятельность. **Тема 4.2.** Психологический конфликт и пути его преодоления **Тема 4.3.** Психология малых групп **Тема4.4.** Коммуникативные техники в профессиональной деятельности **Тема 4.5.** Основы делового этикета в профессиональной деятельности	2 2 2 2 2	Практическое задание «Правила эффективной коммуникации» Решение ситуативных задач. Практическое занятие №8 Психическиепроцессы Практическое задание «Приемы снижения стрессового состояния». Практическое занятие №9 Психическое развитие Устный опрос. Тесты «Общительны ли вы?», «Ваш уровень общительности», «Конфликтная ли Вы личность?» Устный опрос	Дифференцированный зачет

-дать положительную оценку вклада членов команды в общекомандную работу. - передать информацию, идеи и опыт членам команды. - использовать знания сильных сторон, интересов и качеств, которые необходимо развивать у членов команды, для определения персональных задач в общекомандной работе. - формировать понимание членами команды личной и коллективной ответственности. - регулярно представлять обратную связь членам команды. - демонстрировать навыки эффективного общения.					

Критерии оценочных средств.

(практические работы, проблемное задание, зачет, контрольная работа, реферат):

- **оценка – 5 («отлично)** ставится обучающимся, усвоившим взаимосвязь основных понятий курса, их значения для приобретаемой специальности, проявившим творческие способности в понимании, изложении и демонстрации правильного выполнения задания.
- **оценка – 4 («хорошо»)** ставится обучающимся, усвоившим взаимосвязь основных понятий курса, их значения для приобретаемой специальности, проявившим творческие способности в понимании, изложении и демонстрации правильного выполнения задания с небольшими неточностями и коррекцией действий преподавателем.
- **оценка 3 («удовлетворительно»)** ставится обучающимся, обладающим необходимыми знаниями, но допустившими неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических заданий, не умеющим обосновывать свои суждения.
- оценка 2 («неудовлетворительно») ставится обучающимся, имеющим разрозненные и бессистемные знания, не может применять знания для решения практических задач или отказ отвечать.

Раздел 1.Введение в дополнительный курс, предмет психологии.

Цель комбинированного занятия: закрепление знаний о психологии как науке.

Задачи комбинированного занятия: овладение обучающимися общими компетенциями ОК 02- ОК 06:

Вопросы для письменного опроса по теме «Психология как наука. Система психических явлений»:

1. Психология это …
2. Психика человека это …
3. Перечислите задачи психологии
4. Что является объектом психологии?
5. Что является предметом психологии?
6. Перечислите психические процессы
7. Перечислите психические состояния
8. Перечислите психические свойства личности

Тест «Психологическая диагностика. Методы исследования»

1. Психодиагностика это	a) Научная дисциплина b) Психологическая консультативная работа c) Область психологической практики
2. Сферы, в которых результаты деятельности психолога-диагноста востребованы в первую очередь	a) Судебная практика и задачи судебно-психологической экспертизы b) Психологическая консультативная и психотерапевтическая работа c) Область обучения и воспитания d) Практика профессионального отбора и оценки персонала
3. Виды методов наблюдения	a) Полевой b) Самонаблюдение c) Открытый d) Стандартизированное наблюдение
4. Виды опроса	a) Включенный b) Письменный c) Устный d) Открытый
5. Физиологические методы предполагают …	a) Использование физических и физиологических реакций организма b) Непосредственное участие наблюдателя в процессе c) Использование приборов, которые позволяют регистрировать физические и физиологические реакции организма

	d) Использование специально оборудованного помещения, оснащенного исследовательскими приборами
6. Разновидности экспериментов	a) Естественный b) Свободный c) Стандартизированный d) Полевой e) Лабораторный
7. Математические методы	a) Математической статистики b) Закрытый c) Математического моделирования

Интерпретация:

Количество правильных ответов	**Оценка**
>18	отлично
17-12	хорошо
11-5	удовлетворительно
4>	неудовлетворительно

Раздел 2. Психология познавательных процессов

Тест Познавательные процессы личности

1. Вопрос:

Минимальное различие между двумя интенсивностями раздражителя, вызывающее замечаемое различие интенсивности ощущения, называется …

Варианты ответа:

1. абсолютным нижним порогом
2. **порогом различения**
3. временным порогом ощущений
4. диапазоном чувствительности к интенсивности

2. Вопрос:

К экстерорецептивным относятся … ощущения

Варианты ответа:

1. **зрительные**
2. органические
3. вибрационные

4. температурные

3. Вопрос:

Восприятие часто принято называть …

Варианты ответа:

1. осязанием
2. апперцепцией
3. **перцепцией**
4. наблюдательностью

4. Вопрос:

Пространственно-временные характеристики объективного мира отражают … процессы

Варианты ответа:

1. **познавательные**
2. мотивационные
3. эмоциональные
4. волевые

5. Вопрос:

Основной психофизический закон принято называть законом …

Варианты ответа:

1. **Вебера-Фехнера**
2. Бунзена-Роско
3. Стивенса
4. Гельмгольца

6. Вопрос:

Изменение чувствительности для приспособления к внешним условиям известно как …

Варианты ответа:

1. синестезия
2. сенсибилизация
3. **адаптация**
4. аккомодация

7. Вопрос:

Способность к восприятию изменений раздражителя или к различению близких раздражителей называется…

Варианты ответа:

1. абсолютной чувствительностью
2. **дифференциальной чувствительностью**
3. сенсибилизацией
4. адаптацией

8. Вопрос:

Основанием разделения восприятия на произвольное и непроизвольное служит…

Варианты ответа:

1. ведущий анализатор
2. предмет восприятия
3. форма существования материи
4. **целенаправленность характера деятельности субъекта**

9. Вопрос:

Восприятие есть процесс (результат) построения образа объекта в перцептивном пространстве субъекта при …

Варианты ответа:

1. **его непосредственном взаимодействии с этим объектом**
2. его опосредованном взаимодействии с этим объектом
3. отсутствии воспринимаемого предмета
4. отсутствие взаимодействия

10. Вопрос:

Понимание другого человека путем отождествления себя с ним называется….

Варианты ответа:

1. эмпатией
2. **идентификацией**
3. социально-психологической рефлексией
4. стереотипизацией

11. Вопрос:

Пример рисунка, который воспринимается то как ваза, то как два человеческих профиля, иллюстрирует закон …

Варианты ответа:

1. транспозиции
2. **фигуры и фона**
3. симметрии
4. константности

12. Вопрос:

Минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение — это …порог ощущений.

Варианты ответа:

1. **нижний абсолютный**
2. дифференциальный
3. временный
4. верхний абсолютный

13. Вопрос:

Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека и от особенностей его личности называется …

Варианты ответа:

1. инсайтом
2. перцепцией
3. **апперцепцией**
4. сенсибельностью

14. Вопрос:

Основанием выделения зрительных, слуховых, обонятельных, вкусовых и других разновидностей ощущений является …

Варианты ответа:

1. время возникновения в ходе эволюции
2. **модальность раздражителя**
3. место расположения рецепторов
4. наличие или отсутствие непосредственных контактов с раздражителем

15. Вопрос:

Получение первичных образов обеспечивают…

Варианты ответа:

1. **сенсорно-перцептивные процессы**
2. процесс мышления
3. процесс представления
4. процесс воображения

16. Вопрос:

Максимальная величина раздражителя, которую способен адекватно воспринимать анализатор, называется … порогом ощущений.

Варианты ответа:

1. нижним абсолютным
2. дифференциальным
3. временным
4. **верхним абсолютным**

17. Вопрос:

В способности человека узнавать предмет по его неполному или ошибочному изображению проявляется такое свойство восприятия, как …

Варианты ответа:

1. **целостность**
2. предметность
3. константность
4. структурность

18. Вопрос:

Основным критерием разделения видов восприятия на восприятие пространства, времени, движения выступает …

Варианты ответа:

1. ведущий анализатор
2. предмет отражения
3. **форма существования материи**
4. активность субъекта

19. Вопрос:

Такие качественные характеристики ощущений, как цвет в зрении, тон и тембр в слухе и т. п., относятся к … характеристикам.

Варианты ответа:

1. **модальностным**

2. пространственным
3. временным
4. интенсивностным

20. Вопрос:

Определенный участок коры и подкорки, куда адресуются восходящие сенсорные импульсы – это …

Варианты ответа:

1. **центральный отдел анализатора**
2. рецептор
3. проводниковый отдел
4. периферический отдел

21. Вопрос:

Силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецептора определяется…

Варианты ответа:

1. качество ощущений
2. **интенсивность ощущений**
3. пространственная локализация раздражителей
4. длительность ощущений

22. Вопрос:

Анатомо-физиологический аппарат, предназначенный для приема воздействий определенных раздражителей из внешней и внутренней среды и переработки их в ощущения, представлен…

Варианты ответа:

1. проводниковым отделом
2. рецептором
3. **анализатором**
4. рефлексом

23. Вопрос:

Новый вид чувствительности, обусловленный переносом качеств одной модальности на другую — это …

Варианты ответа:

1. **синестезия**

2. аккомодация
3. конвергенция
4. сенсибилизация

24. Вопрос:

Ощущения, возникающие при воздействии внешних стимулов на рецепторы, расположенные на поверхности тела, называются …

Варианты ответа:

1. **экстерорецептивными**
2. интерорецептивными
3. проприорецептивными
4. интерактивными

25. Вопрос:

Рецепторы, специализирующиеся на приеме и обработке воздействий из внутренней среды организма, называются…

Варианты ответа:

1. экстерорецепторами
2. **интерорецепторами**
3. проприорецепторами
4. внешними

26. Вопрос:

Проводящие пути, по которым возбуждения, возникающие в рецепторе, передаются к вышележащим центрам центральной нервной системы, называются…

Варианты ответа:

1. афферентными
2. **эфферентными**
3. эффективными
4. аффективными

27. Вопрос:

К основным свойствам ощущений не относится…

Варианты ответа:

1. качество
2. интенсивность

3. длительность
4. **объем**

28. Вопрос:

Свойство человека, проявляющееся как способность замечать в воспринимаемом малоизвестные, но существенные детали, характеризует …

Варианты ответа:

1. иллюзии
2. перцептивные действия
3. **наблюдательность**
4. осязание

29. Вопрос:

Повышение чувствительности одних органов чувств при одновременном воздействии раздражителей на другие органы чувств проявляется как …

Варианты ответа:

1. адаптация
2. **сенсибилизация**
3. синестезия
4. модальность

30. Вопрос:

Свойство восприятия тесно связанное с мышлением и пониманием сущности предметов называется …

Варианты ответа:

1. константностью
2. **осмысленностью**
3. избирательностью
4. целостностью

Вопрос:

Ошибочные восприятия реальных вещей или явлений называются…

31. Варианты ответа:

1. агнозией
2. галлюцинацией
3. **иллюзией**
4. бредом

32. Вопрос:

Качественная характеристика ощущений, указывающая на их принадлежность к определенным органам чувств (зрительным, слуховым, тактильным и др.), известна как…

Варианты ответа:

1. адаптация
2. сенсибилизация
3. синестезия
4. **модальность**

Интерпретация теста:

Количество правильных ответов	**Оценка**
>29	отлично
28-21	хорошо
20-16	удовлетворительно
15 >	неудовлетворительно

Раздел 3. Психология личности

Деловая игра (Мозговой штурм)

Тема «Совместимость людей с разными типами темперамента при взаимодействии в коллективе (например, сотрудник – клиент, подчиненный – руководитель, коллега – коллега)»

Обсуждение

Выводы

Опросник Г. Айзенка по определению темперамента

Инструкция: Вам предлагается несколько вопросов. На каждый вопрос отвечайте только «да» или «нет». Не тратьте время на обсуждение вопросов, здесь не может быть хороших или плохих ответов, так как это не испытание умственных способностей.

Вопросы

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?

2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить, посочувствовать?

3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?

4. Очень ли трудно вам отказаться от своих намерений?

5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?

6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?

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

8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите?

9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?

10. Верно ли, что на "спор" вы способны решиться на все?

11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?

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

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

14. Часто ли вас беспокоит мысль о том, что вам не следовало что-либо делать или говорить?

15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?

16. Верно ли, что вас легко задеть?

17. Любите ли вы часто бывать в компании?

18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам бы не хотелось делиться с другими?

19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете усталость?

20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких друзей?

21. Много ли вы мечтаете?

22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?

23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?

24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?

25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлекаться в веселой компании?

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

27. Слывете ли вы человеком живым и веселым?

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

29. Чувствуете ли вы себя неспокойно, находясь в большой компании?

30. Бывает ли, что вы передаете слухи?

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

32. Если вы хотите что-то узнать, вы предпочитаете найти это в книге или спросить у людей?

33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?

34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?

35. Бывают ли у вас приступы дрожи?

36. Всегда ли вы говорите правду?

37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где подшучивают друг над другом?

38. Раздражительны ли вы?

39. Нравится ли вам работа, требующая быстродействия?

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

41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?

42. Опаздываете ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?

43. Часто ли вам снятся кошмары?

44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого случая побеседовать с новым человеком?

45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?

46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться с друзьями?

47. Вы нервный человек?

48. Есть ли среди ваших знакомых те, которые явно вам не нравятся?

49. Вы уверенный в себе человек?

50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или ва шей работы?

51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от меро приятий, в которых участвует много народу?

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

53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?

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

55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?

56. Любите ли вы подшутить над другими?

57. Страдаете ли вы бессонницей?

Обработка результатов

Экстраверсия- находится сумма ответов "да" в вопросах: 1 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 и ответов "нет" в вопросах: 5, 15, 20, 29, 32, 37, 41, 51.

Если сумма баллов равна 0 10, то вы интроверт, замкнуты внутри себя.

Если 15 24, то вы экстраверт, общительны, обращены к внешнему миру.

Если 11 14, то вы амбиверт, общаетесь, когда вам это нужно.

Невротизм- находится количество ответов "да" в вопросах" 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Если количество ответов "да" равно 0 10, то эмоциональная устойчивость.

Если 11 16, то эмоциональная впечатлительность.

Если 17 22, то появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы.

Если 23 24, то невротизм, граничащий с патологией, возможен срыв, невроз.

Ложь- находится сумма баллов ответов "да" в вопросах: 6, 24, 36 и ответов "нет" в вопросах: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Если набранное количество баллов 0 3 норма человеческой лжи, ответам можно доверять.

Если 4 5, то сомнительно.

Если 6 9, то ответы недостоверны.

Если ответам можно доверять, по полученным данным строится график.

- Сангвиник-экстраверт: стабильная личность, социален направлен к внешнему миру, общителен, порой болтлив, беззаботный, веселый, любит лидерство, много друзей, жизнерадостен.
- Холерик-экстраверт: нестабильная личность, обидчив, возбужден, несдержан, агрессивен, импульсивен, оптимистичен, активен, но работоспособность и настроение нестабильны, цикличны. В ситуации стресса склонность к истерико-психопатическим реакциям.
- Флегматик-интраверт: стабильная личность, медлителен, спокоен, пассивен, невозмутим, осторожен, задумчив, мирный, сдержанный, надежный, спокойный в отношениях, способен вы держать длительные невзгоды без срывов здоровья и настроения.
- Меланхолик-интраверт: нестабильная личность, тревожен, пессимистичен, очень сдержан внешне, но чувствителен и эмоционален внутри, интеллектуальный, склонен к размышлениям. В ситуации стресса склонность к внутренней тревоге, депрессии, срыву или ухудшению результатов деятельности.

Раздел 4. Психология человеческих взаимоотношений

Практическое задание «Правила эффективной коммуникации»

Цель практического задания: закрепление знаний о коммуникации.
Задачи: овладение обучающимися общими компетенциями ОК 02- ОК 06.

Решение ситуативных задач.
Задание 1.
Величина межличностной дистанции зависит от культурных традиций, воспитания, индивидуального жизненного опыта и личностных особенностей. Где она длиннее, где короче и почему? Объясните следующие примеры межкультурных и индивидуальных различий.

1.Японцы садятся довольно близко друг к другу и чаще используют контактный взгляд, чем американцы; их не раздражает необходимость соприкасаться рукавами, локтями, коленями; американцы считают, что азиаты «фамильярны» и чрезмерно «давят», а азиаты считают американцев «слишком холодными и официальными».

2. А. Пиз наблюдал на одной из конференций, что, когда встречались и беседовали два американца, они стояли на расстоянии около метра друг от друга и сохраняли эту дистанцию в течение всего разговора; когда же разговаривали японец и американец, они медленно передвигались по комнате: японец наступал, а американец отодвигался — каждый из них стремился достичь привычного и удобного пространства общения.

3.Молодая пара, только что эмигрировавшая в Чикаго из Дании, была приглашена в местный американский клуб. Через несколько недель после того, как их приняли в клуб, женщины стали жаловаться, что они чувствуют себя неуютно в обществе этого датчанина, поскольку он «пристает к ним». Мужчины же этого клуба почувствовали, что якобы датчанка своим поведением намекала, что она для них вполне доступна в сексуальном отношении.

4. Сельские жители, воспитанные в условиях меньшей плотности населения, чем горожане, имеют и более просторное личностное пространство, поэтому при рукопожатии «деревенский» протянет руку издалека и наклонит корпус вперед, но с места не сойдет, а еще лучше просто помашет приветственно рукой.

Задание 2.
Проанализируйте по приведенным примерам влияние на слушателя одновременно слов и жестов. Какие выводы можно сделать в описанных

ситуациях? Как вы считаете, на какую, информацию надо полагаться в случае явного расхождения вербальной и невербальной информации?

1.Фрейд, беседуя с пациенткой о том, как она счастлива в браке, заметил, что она бессознательно снимала с пальца и надевала обручальное кольцо.

2.Служащий рассказал начальнику о своем проекте реорганизаций работы отдела. Начальник сидел очень прямо, плотно упираясь ногами в пол, не останавливая взгляда на служащем, но время от времени повторяя: «Так так... да-да...» В середине беседы, отклонившись назад, оперев подбородок на ладонь так, что указательный палец вытянулся вдоль щеки, он задумчиво полистал проект со словами: «Да, все, о чем вы говорили, несомненно, очень интересно, я подумаю над вашими предложениями».

Задание 3.
Определить название некорректного приема

1. Лекарство, принимаемое больным, есть добро. Чем больше делать добра, тем лучше. Значит, лекарств нужно принимать как можно больше (софизм)
2. Если бы все дни были солнечными, то никогда бы не было дождя, а без дождя наступили бы засуха и голодная смерть (подмена тезиса)
3. Всем известно, что собаки больше любят своих хозяев, чем кошки (использование ложных или недоказанных аргументов)
4. Не успел цыпленок вылупиться, как о нем сказали:
   – Вот растяпа, разбил яйцо. Бог ты мой, откуда у него такие манеры? Очевидно, это что-то наследственное! (прием наклеивания ярлыков)
5. Судья спрашивает преступника:
   – Сделали ли вы хоть когда-нибудь людям что то хорошее?
   – О да, ваша честь! Благодаря мне десять детективов постоянно имели работу, – гордо отвечает тот (подмена тезиса)
6. Полупустое есть то же, что и полуполное. Если равны половины, значит, равны и целые. Следовательно, пустое есть то же, что и полное (софизм)
7. Если бы выступавший передо мной оратор смог бы превратиться в королевского пуделя, он все равно не стал бы королем ораторов даже среди собак. (прием абсурдной гиперболизации)
8. – Я прочитала, что в новом сезоне будет в моде длинное пальто
   - О, господи! Что за чушь! Длинное пальто вообще никто носить не будет! (огульное несогласие)
9. Вам, без сомнения, виднее, но все, что вы сейчас сказали, можно прочитать в школьном учебнике: мне искренне жаль потраченного времени (прием высокомерного ответа)

10. Если вы не назовете того, кто это сделал, то будете сидеть в классе до ночи или пока не придут ваши родители (аргумент к физической силе)

Практическое задание «Приемы снижения стрессового состояния»

1) Массаж.

Наиболее распространённым типом массажа является точечный массаж, который оказывает целебный эффект и позволяет справиться с напряжением.

• Постукивания кончиками пальцев по лицу. Задействованы указательный, средний и безымянный пальцы обеих рук. В области глаз постукивания должны быть более быстрыми.

• Поглаживания в области лба по направлению от бровей к корням волос. Задействованы те же пальцы.

• Поглаживание выступающей части щек. Движение выполняется теми же пальцами в направлении от носа к вискам.

• Кончиками среднего и безымянного пальца поглаживаем средние части щек от центра верхней губы к ушам.

• Поглаживание нижних частей щек и подбородка кончиками указательного, среднего и безымянного пальца. Движемся в направлении от подбородка к ушам. Чтобы массировать правую сторону было удобнее, нужно повернуть голову влево. Соответственно для массажа левой стороны – вправо.

2) Упражнение «Звуковая гимнастика»

- Прежде чем приступить к звуковой гимнастике, примите спокойное, расслабленное состояние, стоя, с выпрямленной спиной. Сначала делаем глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично поизносим звук.

А – воздействует благотворно на весь организм;

Е – воздействует на щитовидную железу;

И – воздействует на мозг, глаза, нос, уши;

О – воздействует на сердце, легкие;

У – воздействует на органы, расположенные в области живота;

Я – воздействует на работу всего организма;

Х – помогает очищению организма;

ХА – помогает повысить настроение.

3) «Антистрессовые» продукты.

- Лучшие антидепрессанты – фрукты, салаты из них, заправленные йогуртом. Хороши мёд, сухофрукты, шоколад. Тонизирующее действие на организм оказывает напиток из плодов боярышника, шиповника.

4) Занимайтесь любимым делом.

5) Проводите время в обществе.

- Оглянитесь вокруг – на чью поддержку вы можете рассчитывать? Найдите людей, которые не только сочувствуют вам, но и понимают вас.

6) Здоровый сон.

- Здоровый сон – лучший лекарь. Одним из способов преодоления стресса является нормальный полноценный сон. Старайтесь перед сном отбросить

все тяжёлые, накопившиеся за день мысли. Чтобы чувствовать себя комфортно, необходимо спать не менее 8 часов в сутки. Именно во сне мозг подсказывает вам решение ваших проблем, над которыми вы безуспешно думали днём.

7) Улыбка.

- Найдите в течение дня время и посидите с закрытыми глазами, стараясь ни о чём не думать. При этом на вашем лице должна быть улыбка в течение 10-15 минут. Вы почувствуете спокойствие. Во время улыбки мышцы лица создают импульсы, благотворно влияющие на нервную систему.

8) Упражнение на расслабление «Белое облако» (звучит тихая музыка.)

- Закройте глаза и представьте, что вы лежите на спине в траве. Прекрасный тёплый летний день. Вы смотрите в удивительно чистое голубое небо, оно такое необыкновенное вы наслаждаетесь им. Вы наслаждаетесь чудесным видом. Вы полностью расслаблены и довольны. Вы видите, как далеко на горизонте появляется крошечное белое облачко. Вы видите как оно медленно приближается к вам. Вы совершенно расслаблены. Вы в ладу с самим собой. Облако очень медленно подплывает к вам. Оно как раз сейчас над вами. Вы полностью расслаблены и наслаждаетесь этой картиной. Вы поднимаетесь к маленькому белому облачку. Вы парите всё выше и выше. И наконец вы ступаете на него. Вы совершенно расслаблены, в вас царит гармония, и вы парите высоко-высоко в небе.

9) Способы изменения самооценки

1. Постарайтесь более позитивно относиться к жизни. Используйте внутренний диалог с собой, состоящий только из позитивных утверждений. Если негативные мысли будут иметь место, постарайтесь тут же переключиться на приятное.
2. Относитесь к людям так, как они того заслуживают. Выискивайте в каждом человеке не недостатки, а достоинства
3. Относитесь к себе с уважением. Составьте список своих достоинств. Убедите себя в том, что вы их имеете
4. Попытайтесь избавиться от того, что вам самим не нравится в себе. Чаще смотрите на себя в зеркало, пытаясь ответить на вопрос: стоит ли что-то изменить в себе. Если да — то не откладывайте.
5. Начинайте принимать решение самостоятельно. Помните, что не существует правильных и неправильных решений. Любые принятые вами решения вы всегда можете оправдать и обосновать
6. Постарайтесь окружить себя тем, что оказывает на вас положительное влияние. Приобретайте любимые книги, магнитофонные записи. Имейте и любите свои «слабости».
7. Начинайте рисковать. Принимайте на себя ответственность, пусть доля риска сначала может быть невелика.
8. Обретите веру: в человека, в обстоятельства и т.д. Помните, что вера в нечто более значительное, чем мы сами, может помочь нам в решении

трудных вопросов. Если вы не можете повлиять на ход событий, «отойдите в сторону и просто подождите **.**

10) Тренинговое упражнение «… зато ты»

Цель упражнения: создание положительной атмосферы в группе, а также оно может служить прекрасным завершением тренинга.

Оборудование: листы бумаги А4 по числу участников, столько же ручек, можно разноцветных.

Ход упражнения:

Каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «… зато ты…» и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь анекдоты).

В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист.

11) Упражнение «Имя»

Цель: поднятие самооценки участников группы, акцентирование внимания на ценности каждого члена группы.

Ход упражнения: каждый участник записывает свое имя на листе бумаги. А затем придумывает положительные прилагательные о себе, начинающиеся с букв имени.

Подведение итогов. Для себя вы можете выбрать подходящий метод снятия эмоционального напряжения и практиковать его регулярно. И через некоторое время вы почувствуете себя спокойным, уравновешенным в стрессовой ситуации. Главное умейте управлять своим стрессом.

Устный опрос

Вопросы для устного опроса:

1. Что понимается под понятием роль в общении?
2. Сколько ролей может выполнять один и тот же человек?
3. Что такое ролевые конфликты?
4. Что такое ролевые ожидания?
5. Опишите процесс обучения ролям.
6. Назовите базовые характеристики социальных ролей.
7. Охарактеризуйте ритуальный стиль общения.
8. Охарактеризуйте манипулятивное общение.
9. Охарактеризуйте гуманистическое общение.
10. Какой основной механизм воздействия при гуманистическом общении?

Тест «Общительны ли вы?»

Цель занятия: закрепление знаний о психологии делового общения.

Задачи занятия: овладение обучающимися общими компетенциями ОК 02-ОК 04

Инструкция:

На положительный ответ ставьте знак «+», на отрицательный «—». После того, как закончили отвечать на все вопросы, сверьте совпадение знаков ваших ответов с дешифратором. Число совпадений будет числителем формулы коэффициента общительности «К»:

К = С/n, " где С — число совпадений; *n*= 20 (число вопросов).

Вопросы:

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненное кем-то из друзей?
3. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
4. Верно ли, что вам приятней проводить время за книгами или другими занятиями, чем с людьми?
5. Легко ли вам устанавливать контакты с людьми старше вас по возрасту?
6. Трудно ли вам включиться в новую для вас компанию?
7. Легко ли вам удается установить контакты с незнакомыми людьми?
8. Трудно ли вам осваиваться в новом коллективе?
9. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и пообщаться с новым человеком?
10. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?
11. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
12. Испытываете ли вы чувство затруднения, стеснения, если приходится проявлять инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
13. Любите ли вы участвовать в коллективных мероприятиях?
14. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых людей?
15. Полагаете ли вы, что вам не составляет труда внести оживление в малознакомой для вас обстановке?
16. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим числом людей?
17. Чувствуете ли вы себя непринужденно в незнакомом коллективе?
18. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
19. Верно ли, что у вас много друзей?
20. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?

Дешифратор:

Вопросы №1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19 имеют знак «+», остальные «-».

Ключ:

К = 0,1 — 0,45. У вас низкий уровень общения.

К = 0,46 — 0,55. Уровень общения ниже среднего.
К = 0,56 — 0,65. Средний уровень общения.
К = 0,66 — 0,75. Высокий уровень общения.
К = 0,76 — 1,00. Весьма высокий уровень общения.

Тест «Ваш уровень общительности».

Цель занятия: закрепление знаний о психологии делового общения.

Задачи занятия: овладение обучающимися общими компетенциями ОК 02-ОК 04

Этот тест поможет взглянуть на себя «со стороны», узнать достаточно ли вы коммуникабельны, корректны в отношениях со своими коллегами, сотрудниками, членами семьи.

На каждый из 16 вопросов отвечайте быстро и однозначно: «да», «нет», «иногда».

Вопросы:

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли вас ее ожидание из колеи?
2. Вызывает ли смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании?
3. Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где никогда не бывали. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли, если незнакомый человек на улице обратится к вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на вопрос)?
7. Верите ли, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли напомнить знакомому, что он забыл вернуть вам деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В кафе или столовой вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была. Предпочитаете ли отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?
12. Боитесь ли участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, живописи, культуры и никаких чужих мнений на этот счет не приемлете. Это так?

14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочитаете ли промолчать и не вступать в спор?
15. Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
16. Охотнее ли излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

Оценка результатов. «Да» - 2 очка, «иногда» - 1 очко, «нет» - 0 очков. Полученные очки просуммируйте и по классификатору определите, к какой категории относитесь.

30-32 очка. Вы явно некоммуникабельны и это ваша беда, так как страдаете от этого не только сами, но и близкие вам люди. Старайтесь быть общительней, контролируйте себя.

25-29 очков. Вы замкнуты, не разговорчивы, предпочитаете одиночество, новая работа и необходимость новых контактов выводят вас из равновесия. Вы знаете эту особенность вашего характера и бываете недовольны собой, поэтому в вашей власти переломить эти особенности характера.

19-24 очка. Вы, в известной степени, общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Однако с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно.

14-18 очков. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете спокойно свою точку зрения, в то же время не любите шумных компаний, а многословие вызывает у вас раздражение.

9-13 очков. Вы весьма общительны, любопытны, разговорчивы, любите высказываться по различным вопросам, охотно знакомитесь с новыми людьми, бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Чего вам не хватает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании это легко исправить.

4-8 очков. Вы должно быть «рубаха-парень». Общительность бьет из вас ключом, вы всегда в курсе всех дел, охотно принимаете участие во всех дискуссиях, охотно берете слово по любому поводу, беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой причине коллеги и руководители относятся к вам с некоторой опаской и сомнениями.

3 очка и менее. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения, вольно или невольно часто бываете причиной разного рода конфликтов. Вспыльчивы, обидчивы, необъективны. Людям на работе и дома трудно с вами. Подумайте над этим.

Тест «Конфликтная ли Вы личность?»

Цель занятия: закрепление знаний о психологии делового общения.

Задачи занятия: овладение обучающимися общими компетенциями ОК 02-ОК 04

Инструкция:
В каждом вопросе выберите по одному ответу, наиболее соответствующие Вашему поведению.

Вопросы:
1. В общественном транспорте начался спор на повышенных тонах. Ваша реакция?
а) не принимаю участия;
б) кратко высказываюсь в защиту стороны, которую считаю правой;
в) активно вмешиваюсь, чем «вызываю огонь на себя».

2. Выступаете ли на собраниях (классных часах) с критикой?
а) нет;
б) только если для этого имею веские обстоятельства;
в) критикую по любому поводу.

3. Часто ли спорите с друзьями?
а) только если это люди необидчивые;
б) лишь по принципиальным вопросам;
в) споры — моя стихия.

4. Дома на обед подали недосоленное блюдо. Ваша реакция?
а) не буду поднимать бучу из-за пустяков;
б) молча возьму солонку;
в) не удержусь от замечаний.

5. Если на улице, в транспорте Вам наступили на ногу:
а) с возмущением посмотрю на обидчика;
б) сухо сделаю замечание;
в) выскажусь, не стесняясь в выражениях.

6. Если кто-то из близких купил вещь, которая Вам не понравилась:
а) промолчу;
б) ограничусь коротким тактичным замечанием;
в) устрою скандал.

7. Не повезло в лотерее. Как к этому отнесетесь?
а) постараюсь казаться равнодушным, но дам себе слово никогда больше не участвовать в ней;
б) не скрою досаду, но отнесусь к происшедшему с юмором, пообещав взять реванш;

в) проигрыш надолго испортит настроение.

Интерпретация:
Оцените полученные результаты:
каждый ответ «а» — 4 балла;
«б» — 2 балла;
«в» — 0.
Подсчитайте общую сумму набранных баллов.
От 20—28 баллов. Вы тактичны и миролюбивы, уходите от конфликтов и споров, избегаете критических ситуаций на работе и дома. Может поэтому иногда называют Вас приспособленцем.
От 10—18 баллов. Вы слывете человеком конфликтным. Но на самом деле конфликтуете лишь тогда, когда нет другого выхода и все средства исчерпаны. При этом не выходите за рамки корректности, твердо отстаиваете свое мнение. Все это вызывает к Вам уважение.

До 8 балов. Конфликты и споры — это Ваша стихия. Любите критиковать других, но не выносите критики в свой адрес. Ваша грубость и несдержанность отталкивает людей. С Вами трудно как на работе, так и дома. Постарайтесь перебороть свой характер.

Вопросы для устного опроса:
Цель: закрепление знаний о психологии делового общения.
Задачи: овладение обучающимися общими компетенциями ОК 02- ОК 04

1. Что такое этика?
2. Что такое мораль?
3. Что такое нравственность?
4. Охарактеризуйте нравственный долг
5. Назовите основные задачи этики
6. Назовите три основные формулировки категорического императива И.Канта.
7. Что такое совесть?
8. Назовите нравственные категории
9. Назовите нравственные нормы
10. Назовите нравственные принципы
11. Что необходимо для нахождения взаимопонимания и установления доверительного делового общения?
12. В чем состоит задача руководителя в области моральных норм?
13. Что такое профессиональная этика?
14. Какие факторы оказывают влияние на профессиональную этику?
15. Что такое профессиональная честь?
16. Что такое профессиональный кодекс?

17. Выделите ряд нравственных качеств, определяющих поведение предпринимателя
18. Какой стиль руководства является наиболее актуальным в условиях современного развития общества?
19. Какие психологические качества необходимы современному руководителю?
20. Охарактеризуйте демократический стиль управления

Практические работы:

Практическое занятие №1

Тема:Психология как наука.

Цель работы: систематизировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 04

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: раздаточный материал и интернет ресурсы.

Вопросы и задания

Задание: составить блок-схему, включающую следующие понятия: предмет, задачи, характеристика психических явлений, связь с другими науками, структура современной психологии, отрасли.

Практическое занятие №2

Тема:Ощущение и восприятие.

Цель работы: систематизировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 04

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: учебник и интернет ресурсы.

Вопросы и задания

Задание: подбор и анализ примеров из литературы, фильмов, мультфильмов типологических поведенческих проявлений ощущений и восприятия.

Практическое занятие №3.

Тема:Личность в психологии

Цель работы: систематизировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 06

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: раздаточный материал и интернет ресурсы.

Вопросы и задания

1. Разведите черты характера и свойства темперамента.

1. Неуравновешенность.
2. Трудолюбие.
3. Чувство долга.
4. Ответственность.
5. Хорошая координация.
6. Аккуратность.
7. Впечатлительность.
8. Вежливость.
9. Низкая работоспособность.
10. Быстрое включение в работу.

2. В структуре характера выделяются несколько групп черт, выражающих различное отношение личности к действительности. Назовите их.

1. Инициативность, трудолюбие, работоспособность и др.
2. Тактичность, вежливость, чуткость и др.
3. Аккуратность, бережливость, щедрость, скупость и др.
3. Определите вид способностей.
1. Способности, определяющие успех человека в разнообразных видах деятельности.
2. Способности, связанные с созданием предметов материальной и духовной культуры, производством новых идей, изобретений.

Способности, определяющие успешность обучения и воспитания, усвоение человеком знаний, умений и навыков.

3. Способности, непосредственно связанные с врожденными задатками, но не тождественные с ними, а формирующиеся на их основе при наличии элементарного ж

4. Каким эмоциональным проявлениям соответствуют следующие признаки?

1. Общее эмоциональное состояние, которое в течение длительного времени влияет на все поведение.
2. Сильное эмоциональное состояние взрывного характера, влияющее на всю личность, характеризующееся бурным протеканием, изменением сознания, нарушением волевого контроля.
3. Состояние возрастающего эмоционального напряжения, которое возникает в конфликтных ситуациях. Препятствия, связанные с сильной мотивацией-угрозой для благополучия личности.
4. Состояние, характеризующееся волевой направленностью.
5. Состояние напряжения, возникающее под влиянием сильных воздействий.

5. Назовите основные этапы волевого акта.
1. Желаемый, ожидаемый или предлагаемый результат действия.
2. Внутренние причины, побуждающие человека к деятельности.
3. Выбор средств для достижения поставленной цели, что способствует отысканию наиболее рациональных способов выполнения действия.
4. Практическая деятельность человека (исполнение).

6. Какое свойство внимания проявляется в игре? По каким признакам можно это установить?

В течение одной минуты ребенок должен увидеть вокруг себя как можно больше предметов установленного цвета. Проходит минута, раздается сигнал, и поиски прекращаются. Ведущий узнает, кто насчитал больше предметов, предлагает ему перечислить вслух увиденное. То, что он не заметил, дополняют остальные участники игры. Победителем считается тот, кто успел увидеть больше других.

7. Что общего между приведенными примерами? О какой закономерности ощущений здесь идет речь?

А. Входя в темную комнату, ребенок произносит слово «темно» обычно возможно более низким голосом. Названия маленьких предметов произносятся детьми обычно более высоким голосом, чем названия вещей крупных.

Б. Мы часто употребляем и хорошо понимаем смысл таких выражений: «кричащие цветы», «острые вкусы», «сладкие звуки», «тяжелые краски», «пышная музыка», «плоский звук».

8. Определите психологические достижения и возрастные периоды, установите соответствие:

1. Новорожденность	а) рефлексия, внутренний план действий
2. Младенчество	б) волеизъявление, открытие «Я»
3. Ранний возраст	в) нравственное самосознание
4. Дошкольный возраст	г) комплекс оживления
5. Младший школьник	д) эмоционально-экспрессивное общение
6. Подростковый возраст	е) возникновение произвольного поведения и соподчинение мотивов

Практическое занятие №4

Тема:Темперамент.

Цель работы: проанализировать и структурировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 06

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: раздаточный материал.

Вопросы и задания

Характерологический опросник Леонгарда-Шмишека.

Опросник предназначен для диагностики типа акцентуации личности, является реализацией типологического подхода к ее изучению. Опубликован Г. Шмишеком в 1970 г.

Он состоит из 88 вопросов, на которые требуется ответить «да» или «нет». С помощью опросника определяются следующие 10 типов акцентуации личности:

1. Демонстративный тип.
2. Педантичный тип.
3. «Застревающий» тип.
4. Возбудимый тип.
5. Гипертимический тип.
6. Дистимический тип.
7. Тревожный тип.
8. Циклотимический тип.
9. Экзальтированный тип.
10. Эмотивный тип.

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

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

1. У Вас часто веселое и беззаботное настроение?
2. Вы чувствительны к оскорблениям?
3. Бывает ли так, что у Вас на глаза наворачиваются слёзы в кино, театре, в беседе и пр.?
4. Сделав что-то, Вы сомневаетесь, все ли сделано правильно до тех пор, пока еще раз не убедитесь в том, что е сделано правильно?
5. В детстве Вы были таким же отчаянным и смелым, к все Ваши сверстники?
6. Часто ли у Вас меняется настроение от состояние безразличия до отвращения к жизни?
7. Являетесь ли Вы центром внимания в коллективе, компании?
8. Бывает ли так, что Вы беспричинно находитесь в таком ворчливом настроении, что с Вами лучше не разваривать?
9. Вы серьезный человек?
10. Способны ли Вы восторгаться, восхищаться чем-либо?
11. Предприимчивы ли Вы?
12. Вы быстро забываете, если Вас кто-то оскорбит?
13. Мягкосердечны ли Вы?
14. Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли Вы, проводя рукой по щели ящика, что письмо полностью упало?
15. Стремитесь ли Вы считаться в числе лучших сотрудников?
16. Бывало ли Вам страшно в детстве во время грозы или при встрече с незнакомой собакой, а может, такое чувство бывает и теперь?

17. Стремитесь ли Вы во всем и всюду соблюдать порядок?
18. Зависит ли Ваше настроение от внешних обстоятельств?
19. Любят ли Вас Ваши знакомые?
20. Часто ли у Вас бывает чувство сильного внутреннего беспокойства, ощущение возможной беды, неприятности?
21. У Вас часто бывает несколько подавленное настроение?
22. Бывали ли у Вас хотя бы один раз истерики или нервные срывы?
23. Трудно ли Вам усидеть на одном месте?
24. Если по отношению к Вам несправедливо поступили, энергично ли Вы отстаиваете свои интересы?
25. Можете ли Вы зарезать курицу, овцу?
26. Раздражает ли Вас, если дома занавес или скатерть висят неровно и Вы сразу же стремитесь поправить их?
27. В детстве Вы боялись оставаться один в доме?
28. Часто ли у Вас беспричинно меняется настроение?
29. Всегда ли Вы стремитесь быть достаточно сильным специалистом в своем деле?
30. Быстро ли Вы начинаете злиться или впадать в гнев?
31. Можете ли Вы быть совсем веселым?
32. Бывает ли так, что ощущение полного счастья буквально пронизывает Вас?
33. Как Вы думаете, получился бы из Вас ведущий, конферансье в концерте, представлении?
34. Вы обычно высказываете свое мнение достаточно откровенно и недвусмысленно?
35. Вам трудно переносить вид крови? Не вызывает ли это у Вас неприятного ощущения?
36. Любите ли Вы работу, где необходима высокая личная ответственность?
37. Склонны ли Вы защищать тех, по отношению к которым поступили, на Ваш взгляд, несправедливо?
38. Вам трудно, страшно спускаться в темный подвал?
39. Предпочитаете ли Вы работу, где необходимо действовать быстро, но не требуется высокого ее качества?
40. Общительный ли Вы человек?
41. В школе Вы охотно декламировали стихи?
42. Убегали ли Вы в детстве из дома?
43. Кажется ли Вам жизнь трудной?
44. Бывает ли так, что после конфликта или обиды Вы были до того расстроены, что заниматься делом казалось просто невыносимо?
45. Можно ли сказать, что при неудаче Вы не теряете чувства юмора?
46. Предпринимаете ли Вы первым шаги к примирению, если Вас кто-нибудь обидел?
47. Вы очень любите животных?

48. Возвращаетесь ли Вы, чтобы убедиться, что оставили дом или рабочее место в порядке?
49. Преследуют ли Вас неясная мысль о том, что с Вами, Вашими близкими может случиться что-то страшное?
50. Считаете ли Вы, что Ваше настроение очень изменчиво?
51. Трудно ли Вам докладывать, выступать перед аудиторией?
52. Можете ли Вы ударить обидчика, если он Вас оскорбит?
53. У Вас большая потребность в общении с другими Людьми?
54. Вы относитесь к тем, кто при разочаровании впадает в глубокое отчаяние?
55. Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности?
56. Настойчиво ли Вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий?
57. Может ли трагический фильм взволновать Вас так, что на глазах выступят слезы?
58. Часто ли Вам трудно уснуть из-за того, что проблемы предыдущего или будущего дня все время крутятся у Вас в голове?
59. В школе Вы иногда подсказывали своим товарищам или давали им списывать?
60. Требуется ли Вам большое напряжение, чтобы ночью пройти через кладбище?
61. Тщательно ли Вы следите за тем, чтобы каждая вещь в Вашей квартире была точно на одном и том же месте?
62. Бывает ли так, что перед сном у Вас хорошее настроение, а утром Вы встаете мрачным?
63. Легко ли Вы привыкаете к новым ситуациям?
64. Бывают ли у Вас головные боли?
65. Вы часто смеетесь?
66. Можете ли Вы быть приветливым с теми, кого явно не цените, не любите, не уважаете?
67. Вы подвижный человек?
68. Вы очень переживаете из-за несправедливости?
69. Вы настолько любите природу, что можете назвать себя ее другом?
70. Уходя из дому или ложась спать, Вы проверяете, погашен ли везде свет и заперты ли двери?
71. Вы очень боязливы?
72. Изменится ли Ваше настроение при приеме алкоголя?
73. Раньше Вы охотно участвовали в кружках художественной самодеятельности, а может, и сейчас участвуете?
74. Вы расцениваете жизнь скорее пессимистично, нежели радостно?
75. Часто ли Вас тянет попутешествовать?
76. Может ли Ваше настроение измениться так резко, что состояние радости вдруг сменяется угрюмой подавленностью?

77. Легко ли Вам удается поднять настроение подчиненных?
78. Долго ли Вы переживаете обиду?
79. Переживаете ли Вы долгое время горести других людей?
80. Часто ли, будучи школьником, Вы переписывали страницы в Вашей тетради, если в ней допускали помарки?
81. Относитесь ли Вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью?
82. Часто ли Вы видите страшные сны?
83. Бывает ли, что Вы остерегаетесь того, что можете броситься под колеса проходящего поезда?
84. В веселой компании вы обычно веселы?
85. Способны ли Вы отвлечься от трудной проблемы, требующей обязательного решения?
86. Вы становитесь менее сдержанным и чувствуете себя более свободно, если примете алкоголь?
87. В беседе Вы скупы на слова?
88. Если бы Вам необходимо было играть на сцене, Вы смогли бы так войти в роль, что забыли бы о том, что это только игра?

КЛЮЧ

Результаты оцениваются по 10 характерологическим шкалам.
Подсчитайте количество ответов «да» и количество ответов «нет» по каждой шкале с помощью приведенного ключа. Каждое совпадение с ключом равно 1 баллу.
Учитывая неоднозначную количественную представленность исследуемых шкал, вводится коэффициент выравнивания, вследствие чего сумма полученных «сырых» баллов умножается на дифференцированный коэффициент.
Так, при 8 утверждениях в шкале полученный результат умножается на 3, при 12 – на 2, при 4 – на 6.

1. Г-1	Гипертимы	х 3 (умножить значение шкалы на 3)
+ («Да»): - («Нет»):	1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77 нет	
2. Г-2	Застревающие, ригидные	х2
+ : - :	2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81 12, 46, 59	
3. Г-3	Эмотивные, лабильные	х3
+ : - :	3, 13, 35, 47, 57, 69, 79 25	
4. Г-4	Педантичные	
+ : - :	4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83 36	
5. Г-5	Тревожные	х3

+ : - :	16, 27, 38, 49, 60, 71, 82 5	
6. Г-6	Циклотимные	х3
+ : - :	6, 18, 40, 50, 62, 72, 84 нет	
7. Г-7	Демонстративные	х2
+ : - :	7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88 51	
8. Г-8	Неуравновешенные, возбудимые	х3
+ : - :	8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86 нет	
9. Г-9	Дистимичные	х3
+ : - :	9, 21, 43, 75, 87 31, 53, 65	
10. Г-10	Экзальтированные	х6
+ : - :	10, 32, 54, 76 нет	

Максимальный показатель по каждому виду акцентуации равен 24 баллам.

18-24 балла – выраженная акцентуация по данному типу.
12-17 баллов – скрытая акцентуация, тенденция к тому или иному типу.
Менее 12 баллов – отсутствие акцентуации по данному типу.

Описание акцентуаций характера:

1. **Гипертимный тип.** Его характеризует чрезвычайная контактность, словоохотливость, выраженность жестов**,** мимики, пантомимики. Такой человек часто спонтанно отклоняется от первоначальной темы разговора. У него возникают эпизодические конфликты с окружающими людьми из-за недостаточно серьезного отношения к своим служебным и семейным обязанностям. Люди подобного типа нередко сами бывают инициаторами конфликтов, но огорчаются, если окружающие делают им замечания по этому поводу. Из положительных черт людей данного типа характеризуют энергичность, жажда деятельности, оптимизм, инициативность. Вместе с тем они обладают и некоторыми отталкивающими чертами: легкомыслием, склонностью к аморальным поступкам, повышенной раздражительностью, прожектерством, недостаточно серьезным отношением к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

2. Дистимный тип. Его характеризует низкая контактность, немногословность, доминирующее пессимистическое настроение. Такие люди являются обычно домоседами, тяготятся шумным обществом, редко вступают в конфликты с окружающими, ведут замкнутый образ жизни. Они

высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиняться. Они располагают следующими чертами личности, привлекательными для партнеров по общению: серьезностью, добросовестностью, обостренным чувством справедливости. Есть у них и отталкивающие черты. Это пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

3. Циклоидный тип. Ему свойственны довольно частые периодические смены настроения, в результате чего так же часто меняется манера общения с окружающими людьми. В период повышенного настроения такие люди являются общительными, а в период подавленного — замкнутыми. Во время душевного подъема они ведут себя как люди с гипертимной акцентуацией характера, а в период спада — как люди с дистимной акцентуацией.

4. Возбудимый тип. Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Нередко такие люди зануд-липы и угрюмы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, властны в семье. В эмоционально спокойном состоянии люди данного типа часто добросовестные, аккуратные, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.

5. Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах такой человек обычно выступает инициатором, активной стороной. Он стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, предъявляет повышенные требования к себе; особо чувствителен к социальной справедливости, вместе с тем обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен; иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерные требования к близким и к подчиненным на работе.

6. Педантичный тип. Человек с акцентуацией такого типа редко вступает в конфликты, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе он ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Вместе с тем он с охотой уступает лидерство другим людям. Иногда он изводит домашних чрезмерными претензиями на аккуратность. Его привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах, а отталкивающие и способствующие возникновению конфликтов — формализм, зануд-ливость, брюзжание.

7. Тревожный тип. Людям с акцентуацией данного типа свойственны: низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение. Они редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищут поддержки и опоры. Нередко располагают следующими привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей беззащитности также нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.

8. Эмотивный тип. Эти люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают «с полуслова». Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, не «выплескивая» наружу. Привлекательные черты: доброта, сострадательность, обостренное чувство долга, исполнительность. Отталкивающие черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

9. Демонстративный тип. Этот тип акцентуации характеризуется легкостью установления контактов, стремлением к лидерству, жаждой власти и похвалы. Такой человек демонстрирует высокую приспособляемость к людям и вместе с тем склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Люди с акцентуацией такого типа раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются. Они обладают следующими чертами, привлекательными для партнеров по общению: обходительностью, артистичностью, способностью увлечь других, неординарностью мышления и поступков. Их отталкивающие черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.

10. Экзальтированный тип. Ему свойственны высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем лица данной типологической группы привязаны и внимательны к друзьям и близким. Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Отталкивающие черты: паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.

Практическое занятие №5

Тема:Характер.Акцентуации характера.

Цель работы: проанализировать и структурировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 06

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: раздаточный материал, учебник.

Вопросы и задания

Характерологический опросник Леонгарда-Шмишека.
Опросник предназначен для диагностики типа акцентуации личности, является реализацией типологического подхода к ее изучению. Опубликован Г. Шмишеком в 1970 г.
Он состоит из 88 вопросов, на которые требуется ответить «да» или «нет». С помощью опросника определяются следующие 10 типов акцентуации личности:
1. Демонстративный тип.
2. Педантичный тип.
3. «Застревающий» тип.
4. Возбудимый тип.
5. Гипертимический тип.
6. Дистимический тип.
7. Тревожный тип.
8. Циклотимический тип.
9. Экзальтированный тип.
10. Эмотивный тип.

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

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

1. У Вас часто веселое и беззаботное настроение?
2. Вы чувствительны к оскорблениям?
3. Бывает ли так, что у Вас на глаза наворачиваются слёзы в кино, театре, в беседе и пр.?
4. Сделав что-то, Вы сомневаетесь, все ли сделано правильно до тех пор, пока еще раз не убедитесь в том, что е сделано правильно?
5. В детстве Вы были таким же отчаянным и смелым, к все Ваши сверстники?
6. Часто ли у Вас меняется настроение от состояние безразличия до отвращения к жизни?
7. Являетесь ли Вы центром внимания в коллективе, компании?
8. Бывает ли так, что Вы беспричинно находитесь в таком ворчливом настроении, что с Вами лучше не разваривать?
9. Вы серьезный человек?
10. Способны ли Вы восторгаться, восхищаться чем-либо?
11. Предприимчивы ли Вы?
12. Вы быстро забываете, если Вас кто-то оскорбит?
13. Мягкосердечны ли Вы?
14. Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли Вы, проводя рукой по щели ящика, что письмо полностью упало?
15. Стремитесь ли Вы считаться в числе лучших сотрудников?

16. Бывало ли Вам страшно в детстве во время грозы или при встрече с незнакомой собакой, а может, такое чувство бывает и теперь?
17. Стремитесь ли Вы во всем и всюду соблюдать порядок?
18. Зависит ли Ваше настроение от внешних обстоятельств?
19. Любят ли Вас Ваши знакомые?
20. Часто ли у Вас бывает чувство сильного внутреннего беспокойства, ощущение возможной беды, неприятности?
21. У Вас часто бывает несколько подавленное настроение?
22. Бывали ли у Вас хотя бы один раз истерики или нервные срывы?
23. Трудно ли Вам усидеть на одном месте?
24. Если по отношению к Вам несправедливо поступили, энергично ли Вы отстаиваете свои интересы?
25. Можете ли Вы зарезать курицу, овцу?
26. Раздражает ли Вас, если дома занавес или скатерть висят неровно и Вы сразу же стремитесь поправить их?
27. В детстве Вы боялись оставаться один в доме?
28. Часто ли у Вас беспричинно меняется настроение?
29. Всегда ли Вы стремитесь быть достаточно сильным специалистом в своем деле?
30. Быстро ли Вы начинаете злиться или впадать в гнев?
31. Можете ли Вы быть совсем веселым?
32. Бывает ли так, что ощущение полного счастья буквально пронизывает Вас?
33. Как Вы думаете, получился бы из Вас ведущий, конферансье в концерте, представлении?
34. Вы обычно высказываете свое мнение достаточно откровенно и недвусмысленно?
35. Вам трудно переносить вид крови? Не вызывает ли это у Вас неприятного ощущения?
36. Любите ли Вы работу, где необходима высокая личная ответственность?
37. Склонны ли Вы защищать тех, по отношению к которым поступили, на Ваш взгляд, несправедливо?
38. Вам трудно, страшно спускаться в темный подвал?
39. Предпочитаете ли Вы работу, где необходимо действовать быстро, но не требуется высокого ее качества?
40. Общительный ли Вы человек?
41. В школе Вы охотно декламировали стихи?
42. Убегали ли Вы в детстве из дома?
43. Кажется ли Вам жизнь трудной?
44. Бывает ли так, что после конфликта или обиды Вы были до того расстроены, что заниматься делом казалось просто невыносимо?
45. Можно ли сказать, что при неудаче Вы не теряете чувства юмора?
46. Предпринимаете ли Вы первым шаги к примирению, если Вас кто-нибудь обидел?

47. Вы очень любите животных?
48. Возвращаетесь ли Вы, чтобы убедиться, что оставили дом или рабочее место в порядке?
49. Преследуют ли Вас неясная мысль о том, что с Вами, Вашими близкими может случиться что-то страшное?
50. Считаете ли Вы, что Ваше настроение очень изменчиво?
51. Трудно ли Вам докладывать, выступать перед аудиторией?
52. Можете ли Вы ударить обидчика, если он Вас оскорбит?
53. У Вас большая потребность в общении с другими Людьми?
54. Вы относитесь к тем, кто при разочаровании впадает в глубокое отчаяние?
55. Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности?
56. Настойчиво ли Вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий?
57. Может ли трагический фильм взволновать Вас так, что на глазах выступят слезы?
58. Часто ли Вам трудно уснуть из-за того, что проблемы предыдущего или будущего дня все время крутятся у Вас в голове?
59. В школе Вы иногда подсказывали своим товарищам или давали им списывать?
60. Требуется ли Вам большое напряжение, чтобы ночью пройти через кладбище?
61. Тщательно ли Вы следите за тем, чтобы каждая вещь в Вашей квартире была точно на одном и том же месте?
62. Бывает ли так, что перед сном у Вас хорошее настроение, а утром Вы встаете мрачным?
63. Легко ли Вы привыкаете к новым ситуациям?
64. Бывают ли у Вас головные боли?
65. Вы часто смеетесь?
66. Можете ли Вы быть приветливым с теми, кого явно не цените, не любите, не уважаете?
67. Вы подвижный человек?
68. Вы очень переживаете из-за несправедливости?
69. Вы настолько любите природу, что можете назвать себя ее другом?
70. Уходя из дому или ложась спать, Вы проверяете, погашен ли везде свет и заперты ли двери?
71. Вы очень боязливы?
72. Изменится ли Ваше настроение при приеме алкоголя?
73. Раньше Вы охотно участвовали в кружках художественной самодеятельности, а может, и сейчас участвуете?
74. Вы расцениваете жизнь скорее пессимистично, нежели радостно?
75. Часто ли Вас тянет попутешествовать?

76. Может ли Ваше настроение измениться так резко, что состояние радости вдруг сменяется угрюмой подавленностью?
77. Легко ли Вам удается поднять настроение подчиненных?
78. Долго ли Вы переживаете обиду?
79. Переживаете ли Вы долгое время горести других людей?
80. Часто ли, будучи школьником, Вы переписывали страницы в Вашей тетради, если в ней допускали помарки?
81. Относитесь ли Вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью?
82. Часто ли Вы видите страшные сны?
83. Бывает ли, что Вы остерегаетесь того, что можете броситься под колеса проходящего поезда?
84. В веселой компании вы обычно веселы?
85. Способны ли Вы отвлечься от трудной проблемы, требующей обязательного решения?
86. Вы становитесь менее сдержанным и чувствуете себя более свободно, если примете алкоголь?
87. В беседе Вы скупы на слова?
88. Если бы Вам необходимо было играть на сцене, Вы смогли бы так войти в роль, что забыли бы о том, что это только игра?

КЛЮЧ

Результаты оцениваются по 10 характерологическим шкалам.
Подсчитайте количество ответов «да» и количество ответов «нет» по каждой шкале с помощью приведенного ключа. Каждое совпадение с ключом равно 1 баллу.
Учитывая неоднозначную количественную представленность исследуемых шкал, вводится коэффициент выравнивания, вследствие чего сумма полученных «сырых» баллов умножается на дифференцированный коэффициент.
Так, при 8 утверждениях в шкале полученный результат умножается на 3, при 12 – на 2, при 4 – на 6.

1. Г-1	Гипертимы	х 3 (умножить значение шкалы на 3)
+ («Да»): - («Нет»):	1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77 нет	
2. Г-2	Застревающие, ригидные	х2
+ : - :	2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81 12, 46, 59	
3. Г-3	Эмотивные, лабильные	х3
+ : - :	3, 13, 35, 47, 57, 69, 79 25	
4. Г-4	Педантичные	
+ :	4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83	

- :	36	
5. Г-5	Тревожные	х3
+ : - :	16, 27, 38, 49, 60, 71, 82 5	
6. Г-6	Циклотимные	х3
+ : - :	6, 18, 40, 50, 62, 72, 84 нет	
7. Г-7	Демонстративные	х2
+ : - :	7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88 51	
8. Г-8	Неуравновешенные, возбудимые	х3
+ : - :	8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86 нет	
9. Г-9	Дистимичные	х3
+ : - :	9, 21, 43, 75, 87 31, 53, 65	
10. Г-10	Экзальтированные	х6
+ : - :	10, 32, 54, 76 нет	

Максимальный показатель по каждому виду акцентуации равен 24 баллам.

18-24 балла – выраженная акцентуация по данному типу.
12-17 баллов – скрытая акцентуация, тенденция к тому или иному типу.
Менее 12 баллов – отсутствие акцентуации по данному типу.

Описание акцентуаций характера:

1. **Гипертимный тип.** Его характеризует чрезвычайная контактность, словоохотливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики. Такой человек часто спонтанно отклоняется от первоначальной темы разговора. У него возникают эпизодические конфликты с окружающими людьми из-за недостаточно серьезного отношения к своим служебным и семейным обязанностям. Люди подобного типа нередко сами бывают инициаторами конфликтов, но огорчаются, если окружающие делают им замечания по этому поводу. Из положительных черт людей данного типа характеризуют энергичность, жажда деятельности, оптимизм, инициативность. Вместе с тем они обладают и некоторыми отталкивающими чертами: легкомыслием, склонностью к аморальным поступкам, повышенной раздражительностью, прожектерством, недостаточно серьезным отношением к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

2. Дистимный тип. Его характеризует низкая контактность, немногословность, доминирующее пессимистическое настроение. Такие

люди являются обычно домоседами, тяготятся шумным обществом, редко вступают в конфликты с окружающими, ведут замкнутый образ жизни. Они высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиняться. Они располагают следующими чертами личности, привлекательными для партнеров по общению: серьезностью, добросовестностью, обостренным чувством справедливости. Есть у них и отталкивающие черты. Это пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

3. Циклоидный тип. Ему свойственны довольно частые периодические смены настроения, в результате чего так же часто меняется манера общения с окружающими людьми. В период повышенного настроения такие люди являются общительными, а в период подавленного — замкнутыми. Во время душевного подъема они ведут себя как люди с гипертимной акцентуацией характера, а в период спада — как люди с дистимной акцентуацией.

4. Возбудимый тип. Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Нередко такие люди зануд-липы и угрюмы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, властны в семье. В эмоционально спокойном состоянии люди данного типа часто добросовестные, аккуратные, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.

5. Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах такой человек обычно выступает инициатором, активной стороной. Он стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, предъявляет повышенные требования к себе; особо чувствителен к социальной справедливости, вместе с тем обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен; иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерные требования к близким и к подчиненным на работе.

6. Педантичный тип. Человек с акцентуацией такого типа редко вступает в конфликты, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе он ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Вместе с тем он с охотой уступает лидерство другим людям. Иногда он изводит домашних чрезмерными претензиями на аккуратность. Его привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах, а отталкивающие и способствующие возникновению конфликтов — формализм, зануд-ливость, брюзжание.

7. Тревожный тип. Людям с акцентуацией данного типа свойственны: низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение. Они редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищут поддержки и опоры. Нередко располагают следующими привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей

беззащитности также нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.

8. Эмотивный тип. Эти люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают «с полуслова». Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, не «выплескивая» наружу. Привлекательные черты: доброта, сострадательность, обостренное чувство долга, исполнительность. Отталкивающие черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

9. Демонстративный тип. Этот тип акцентуации характеризуется легкостью установления контактов, стремлением к лидерству, жаждой власти и похвалы. Такой человек демонстрирует высокую приспособляемость к людям и вместе с тем склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Люди с акцентуацией такого типа раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются. Они обладают следующими чертами, привлекательными для партнеров по общению: обходительностью, артистичностью, способностью увлечь других, неординарностью мышления и поступков. Их отталкивающие черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.

10. Экзальтированный тип. Ему свойственны высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем лица данной типологической группы привязаны и внимательны к друзьям и близким. Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Отталкивающие черты: паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.

Практическое занятие №6

Тема:Эмоции и чувства.

Цель работы: проанализировать и структурировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 06

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: учебник.

Вопросы и задания

1. Разведите характеристики темперамента, характера и способностей.
1. Индивидуально-психологические особенности, отвечающие требованиям данной деятельности и являющиеся условиями ее успешного выполнения.
2. Совокупность свойств личности, закрепленных в привычных формах поведения.
3. Индивидуальные особенности человека, определяющие динамику его деятельности и поведения.
4. Психическое свойство, которое не сводится к знаниям, умениям и навыкам, но способствует успешному их приобретению.
5. Индивидуальное сочетание устойчивых и существенных особенностей человека, которые выражают отношение человека к окружающему миру.
2. Определите тип темперамента.
1. Характеризуется легкой ранимостью, способностью глубоко переживать даже незначительные неудачи, склонностью к мнительности и подозрительности.
2. Подвижен, но без резких движений, склонен к частой смене настроения, сензитивен, экстраверт.
3. Медлителен, устойчив, эмоциональные состояния выражены внешне слабо.
4. Характеризуется неуравновешенностью, общей подвижностью, резкой сменой настроения, активной моторикой.
3. Назовите выразительные признаки характера, проявляющиеся в следующем:
1. Улыбающееся или хмурое лицо, выражение глаз, как человек ходит, размашисто или мелкими шажками, как стоит.
2. Громкий или тихий разговор, быстрый или замедленный темп, многословие или замкнутость, эмоциональность и сухость и т.д.
3. Сознательные и преднамеренные действия, позволяющие судить о том, что представляет собой человек.
4. Каким видам высших чувств соответствуют следующие определения?
1. Чувства, возникающие в процессе человеческой деятельности.
2. Чувства, которые испытывает человек при восприятии явления действительности под углом зрения нравственного начала.
3. Чувства, которые возникают у человека при восприятии и создании прекрасного.

4. Чувства, возникающие у человека в процессе приобретения знаний.

5. Каким волевым качествам личности соответствуют ниже приведенные определения.

1. Способность человека самостоятельно принимать ответственные решения и неуклонно реализовывать их в деятельности.

2. Способность человека к длительному и неослабленному напряжению энергии, неуклонное движение к намеченной цели.

3. Способность человека определять свои поступки, ориентируясь не на давление окружающих, не на случайные влияния, а исходя из своих убеждений, знаний.

6. Какое свойство внимания проявляется в описанном случае? По каким признакам можно это установить?

Ученик музыкальной школы однажды утром слушал интересную радиопередачу для школьников. Вдруг он вспомнил, что к сегодняшнему уроку музыки он должен разобрать заданную пьесу. Продолжая слушать радио, он сел за пианино и стал негромко разбирать пьесу. Когда радиопередача была окончена, мальчик закрыл пианино, выключил радио и отправился в музыкальную школу. Там его похвалили за хорошо разобранную пьесу, а по дороге домой он подробно рассказывал товарищам содержание прослушанной радиопередачи.

7. Какая закономерность ощущений объясняет изменение в остроте зрения?

У детей дошкольного возраста испытывали остроту зрения. Ни должны были с различного расстояния узнавать показываемые фигуры.

Затем те же фигуры дети должны были узнавать в условиях игры в «охотники», чтобы по ним найти местонахождения зверей. В игре дети обнаружили гораздо большую остроту зрения.

Практическое занятие №7

Тема:Стрессоустойчивость.

Цель работы: проанализировать и структурировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 06

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: раздаточный материал, мультфильмы.

Вопросы и задания

Задание 1. Методика «Подверженность стрессу».

Испытуемым необходимо ответить на предложенные вопросы, выбрав один из вариантов ответа - почти никогда, редко, часто, почти всегда.

1. Легко ли Вы раздражаетесь даже из-за мелочей?
2. Нервничаете ли, если приходится чего-либо ждать?
3. Краснеете ли, когда испытываете неловкость?
4. Можете ли в раздражении обидеть кого-нибудь?
5. Спокойно ли Вы воспринимаете критику?
6. Если Вас толкнут в трамвае, постараетесь ли Вы ответить обидчику тем же или скажете что-нибудь обидное?
7. Всегда ли Ваше время заполнено какой-либо деятельностью?
8. Свойственна ли Вам пунктуальность?
9. Умеете ли Вы выслушивать других?
10. Страдаете ли отсутствием аппетита?
11. Часто ли Вы испытываете беспричинное беспокойство?
12. Кружится ли у Вас по утрам голова?
13. Испытываете ли Вы усталость после продолжительного сна?
14. Легко ли Вы засыпаете?
15. Уверены ли Вы, что у Вас все в порядке с сердцем?
16. Страдаете ли Вы от болей в области спины и шеи?
17. Часто ли Вы барабаните пальцами по столу, а сидя - покачиваете ногой?
18. Мечтаете ли Вы о признании, хотите ли, чтобы Вас хвалили за то, что Вы делаете?
19. Считаете ли Вы себя лучше многих других (хотя этого никто не замечает)?
20. Находитесь ли Вы на диете?

Интерпретация результатов:

Ответ	Оценка, балл
Почти никогда	1
Редко	2
Часто	3
Почти всегда	4

Просуммируйте баллы и оцените Ваше состояние.

До 30 баллов. Вы живете спокойно и разумно, справляетесь с проблемами, которые Вам преподносит жизнь, не страдаете ни ложной скромностью, ни излишним честолюбием. Однако рекомендуем проверить свои ответы вместе с хорошо знающим Вас человеком: люди, имеющие такую сумму баллов, часто видят себя в розовом свете.

От 31 до 45 баллов. Для Вашей жизни характерны деятельность и

напряжение. Вы подвержены стрессу как в положительном смысле слова (стремитесь добиться чего-либо), так и в отрицательном (хватает проблем и забот). По всей видимости, Вы и впредь будете жить так же, постарайтесь не обращать внимание на пустяки и выделите немного времени для себя.

От 45 до 60 баллов. Ваша жизнь - непрекращающаяся борьба. Вы честолюбивы и мечтаете о карьере. Вы довольно зависимы от чужих оценок, что постоянно держит Вас в состоянии стресса. Подобный образ жизни, может быть, приведет Вас к успеху на личном фронте или в профессиональном отношении, но вряд ли это доставит Вам радость. Все утечет, как вода сквозь пальцы. Избегайте ненужных споров, подавляйте гнев, вызванный мелочами, не пытайтесь всегда добиться максимума, время от времени отказывайтесь от того или иного плана.

Более 60 баллов. Вы напоминаете шофера, который одновременно жмет и на "газ", и на "тормоз". Испытываемый стресс угрожает и Вашему здоровью, и Вашему будущему. Проверьте кровяное давление и содержание холестерина в крови. Поменяйте жизненный уклад. Если перемена образа жизни представляется Вам невозможной, постарайтесь, хотя бы минимально отреагировать на эту рекомендацию.

Задание 2. Приемы снижения стрессового состояния.

1) Массаж.

Наиболее распространённым типом массажа является точечный массаж, который оказывает целебный эффект и позволяет справиться с напряжением.

• Постукивания кончиками пальцев по лицу. Задействованы указательный, средний и безымянный пальцы обеих рук. В области глаз постукивания должны быть более быстрыми.

• Поглаживания в области лба по направлению от бровей к корням волос. Задействованы те же пальцы.

• Поглаживание выступающей части щек. Движение выполняется теми же пальцами в направлении от носа к вискам.

• Кончиками среднего и безымянного пальца поглаживаем средние части щек от центра верхней губы к ушам.

• Поглаживание нижних частей щек и подбородка кончиками указательного, среднего и безымянного пальца. Движемся в направлении от подбородка к ушам. Чтобы массировать правую сторону было удобнее, нужно повернуть голову влево. Соответственно для массажа левой стороны – вправо.

2) Упражнение «Звуковая гимнастика»

- Прежде чем приступить к звуковой гимнастике, примите спокойное, расслабленное состояние, стоя, с выпрямленной спиной. Сначала делаем глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично поизносим звук.

А – воздействует благотворно на весь организм;

Е – воздействует на щитовидную железу;

И – воздействует на мозг, глаза, нос, уши;

О – воздействует на сердце, легкие;
У – воздействует на органы, расположенные в области живота;
Я – воздействует на работу всего организма;
Х – помогает очищению организма;
ХА – помогает повысить настроение.

3) «Антистрессовые» продукты.

- Лучшие антидепрессанты – фрукты, салаты из них, заправленные йогуртом. Хороши мёд, сухофрукты, шоколад. Тонизирующее действие на организм оказывает напиток из плодов боярышника, шиповника.

4) Занимайтесь любимым делом.

5) Проводите время в обществе.

- Оглянитесь вокруг – на чью поддержку вы можете рассчитывать? Найдите людей, которые не только сочувствуют вам, но и понимают вас.

6) Здоровый сон.

- Здоровый сон – лучший лекарь. Одним из способов преодоления стресса является нормальный полноценный сон. Старайтесь перед сном отбросить все тяжёлые, накопившиеся за день мысли. Чтобы чувствовать себя комфортно, необходимо спать не менее 8 часов в сутки. Именно во сне мозг подсказывает вам решение ваших проблем, над которыми вы безуспешно думали днём.

7) Улыбка.

- Найдите в течение дня время и посидите с закрытыми глазами, стараясь ни о чём не думать. При этом на вашем лице должна быть улыбка в течение 10-15 минут. Вы почувствуете спокойствие. Во время улыбки мышцы лица создают импульсы, благотворно влияющие на нервную систему.

8) Упражнение на расслабление «Белое облако» (звучит тихая музыка.)

- Закройте глаза и представьте, что вы лежите на спине в траве. Прекрасный тёплый летний день. Вы смотрите в удивительно чистое голубое небо, оно такое необыкновенное вы наслаждаетесь им. Вы наслаждаетесь чудесным видом. Вы полностью расслаблены и довольны. Вы видите, как далеко на горизонте появляется крошечное белое облачко. Вы видите как оно медленно приближается к вам. Вы совершенно расслаблены. Вы в ладу с самим собой. Облако очень медленно подплывает к вам. Оно как раз сейчас над вами. Вы полностью расслаблены и наслаждаетесь этой картиной. Вы поднимаетесь к маленькому белому облачку. Вы парите всё выше и выше. И наконец вы ступаете на него. Вы совершенно расслаблены, в вас царит гармония, и вы парите высоко-высоко в небе.

9) Способы изменения самооценки

1. Постарайтесь более позитивно относиться к жизни. Используйте внутренний диалог с собой, состоящий только из позитивных утверждений. Если негативные мысли будут иметь место, постарайтесь тут же переключиться на приятное.

2. Относитесь к людям так, как они того заслуживают. Выискивайте в каждом человеке не недостатки, а достоинства
3. Относитесь к себе с уважением. Составьте список своих достоинств. Убедите себя в том, что вы их имеете
4. Попытайтесь избавиться от того, что вам самим не нравится в себе. Чаще смотрите на себя в зеркало, пытаясь ответить на вопрос: стоит ли что-то изменить в себе. Если да — то не откладывайте.
5. Начинайте принимать решение самостоятельно. Помните, что не существует правильных и неправильных решений. Любые принятые вами решения вы всегда можете оправдать и обосновать
6. Постарайтесь окружить себя тем, что оказывает на вас положительное влияние Приобретайте любимые книги, магнитофонные записи. Имейте и любите свои «слабости».
7. Начинайте рисковать. Принимайте на себя ответственность, пусть доля риска сначала может быть невелика.
8. Обретите веру: в человека, в обстоятельства и т.д. Помните, что вера в нечто более значительное, чем мы сами, может помочь нам в решении трудных вопросов. Если вы не можете повлиять на ход событий, «отойдите в сторону и просто подождите **.**

10) Тренинговое упражнение «… зато ты»

Цель упражнения: создание положительной атмосферы в группе, а также оно может служить прекрасным завершением тренинга.

Оборудование: листы бумаги А4 по числу участников, столько же ручек, можно разноцветных.

Ход упражнения:

Каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «… зато ты…» и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь анекдоты).

В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист.

11) Упражнение «Имя»

Цель: поднятие самооценки участников группы, акцентирование внимания на ценности каждого члена группы.

Ход упражнения: каждый участник записывает свое имя на листе бумаги. А затем придумывает положительные прилагательные о себе, начинающиеся с букв имени.

Подведение итогов.- Для себя вы можете выбрать подходящий метод снятия эмоционального напряжения и практиковать его регулярно. И через некоторое время вы почувствуете себя спокойным, уравновешенным в стрессовой ситуации. Главное умейте управлять своим стрессом.

Практическое занятие №8

Тема:Психические процессы.

Цель работы: проанализировать и структурировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 04

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: учебник

Вопросы и задания

Решите задачу:

Обучающийся, наблюдая за действиями детей с игрушками в группах детей второго и третьего года жизни, отметила:

Сережа (1 г. 1 мес.), играя разными игрушками, действует примерно одинаково: стучит, катит, тащит, сжимает их и т.д.;

Катя (2 г. 1 мес.), играя теми же игрушками, действует по-другому: куклу – качает, машинку – везет, карандашом – рисует и т.д.

Какова последовательность овладения детьми раннего возраста предметными действиями?

10.Решите задачу: Юра пытается починить тележку. Он сначала просто прикладывает колесо к краю тележки рядом с концом оси. После многих проб колесо случайно надевается на торчащий конец оси. Тележка может ехать. Юра очень доволен.

Воспитатель говорит: «Молодец Юрик, сам починил тележку. Как это ты сделал?» Юра отвечает: «Починил, вот видите!» (Показывает, как вертится колесо). Воспитатель незаметным движением сбрасывает колесо со спицы и вновь обращается к мальчику: «Как ты это сделал, покажи?»

Юра снова прикладывает его к тележке, но уже быстрее надевает колесо на ось. «Вот и починил!» - радостно заявляет мальчик, но опять не может сказать, как он это сделал.

Определите примерный возраст ребенка. Какие особенности мыслительной деятельности ребенка проявились в данном эпизоде?

Охарактеризуйте особенности формирования мышления детей этого возраста.

11. Решите задачу:

Маша (4 г.) рассказывая сказку «Снегурушка и лиса», пропускала то место, где говорится, что Снегурушка послушала лису, слезла с дерева, и лиса привезла ее домой. После слов: «Нет, волк, я тебя боюсь, ты меня съешь» — она продолжала веселым голосом: «Листайте, листайте дальше, я вам Снегурушку привезла».

Как и в каких формах у дошкольников проявляется сочувствие к другим людям?

12.Решите задачу:

Алеша (7 лет) видит на столе фрукты и конфеты. Ему хочется их съесть. Но он знает, что брать без разрешения запрещено. Удержаться не может и берет их.

Как приучать ребенка удерживаться от импульсивных желаний?

Практическое занятие №9

Тема:Психическое развитие.

Цель работы: проанализировать и структурировать изученный материал**.**

Задачи работы: Овладение обучающимися общими компетенциями

Формируемые компетенции ОК 02 –ОК 04

Комплексно – методическое оснащение: методические указания к практической работе

Источники: раздаточный материал.

Вопросы и задания

1.Охарактеризуйте возрастные периоды и социальную ситуацию развития, установите соответствие:

1. Младенчество	а) социальная ситуация «Ребенок – предмет - взрослый», познание мира окружающих вещей в совместной деятельности со взрослыми
2. Ранний возраст	б) эмансипация от взрослых и группирование
3. Дошкольный возраст	в) социальная ситуация «Мы», общая жизнь ребенка с близкими взрослыми

4. Младший школьник	г) познание мира человеческих отношений и их имитация
5. Подростковый возраст	д) социальный статус школьника (Ситуация обучения).

2. Рещите задачу:

Жене 1 год. Она ходит, держась за мамину руку, а самостоятельно ходить отказывается.

Что должны делать родители, чтобы расширить самостоятельность ребенка при общении его с внешним предметным миром, чтобы помочь малышу преодолеть страхи, связанные с его первыми шагами (напряжением, потерей равновесия, падения)?

3.Решите задачу:

Саша (6 лет) по комнате возил машину. От резкого движения машина закатилась под диван. Мальчик пришел на кухню и сказал маме: «Дай щетку!» На вопрос мамы, зачем ему нужна щетка ответил: «Машинка под диван укатилась, ее надо достать».

Какой вид мышления свойственен Саше?

Отметьте значение данного вида мышления для психического развития ребенка.

Какие приемы использует взрослый, развивая такой вид мышления ребенка?

4. Решите задачу:

Витя (4 г. 5 мес.) во время дневного сна шумел и мешал другим детям. Воспитатель несколько раз сказал ему, что нужно спокойно лежать в кроватке, но Витя не слушался. Когда все дети встали, оделись и ушли, воспитатель не позволил Вите встать, мотивируя это так: «Ты не хотел отдыхать вместе со всеми детьми, шалил, теперь дети будут играть, а ты лежи в кроватке, ты еще не отдохнул».

Витя плакал, просил разрешить одеться, потом успокоился и час спокойно лежал. Далее он не нарушал порядок во время отдыха.

Опираясь на какие мотивы поведения Вити, воспитатель смог добиться успеха?

5.Решите задачу:

Проводится эксперимент «Загадочная коробка». Исследователи проверяли выполнение требований взрослого. Детям ставилась задача: не заглядывать в оставленную без присмотра коробку.

В эксперименте было установлено 3 типа поведения детей в данной ситуации:

I тип – дисциплинированный;

II тип – недисциплинированный правдивый;

III тип – недисциплинированный неправдивый.

Опешите примерное поведение детей каждого типа.
Определите возраст детей, связанный с тем или иным типом поведения.
Какова тенденция развития типов поведения?
Как формировать произвольное поведение ребенка?

Примерные темы индивидуальных проектов

1. Взаимосвязь типа личности студентов и сферы будущей профессиональной деятельности.
2. Влияние традиционных и инновационных форм контроля усвоения знаний на эмоциональное состояние студентов.
3. Оценка психического состояния и отношения к себе у студентов в ситуации сдачи экзамена и их связь с полученными отметками.
4. Способность к дивергентному мышлению у студентов разных факультетов.
5. Влияние внутренней и внешней учебной мотивации на успешность обучения у студентов.
6. Факторы адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в колледже.
7. Семья в системе жизненных ценностей студенческой молодежи.
8. Индивидуальные особенности памяти учащихся и успеваемость.
9. Способы разрешения конфликтов и ценностные ориентации личности учащихся.
10. Психологический анализ самосознания личности современного подростка.
11. Связь самооценки личности студента с его успеваемостью.
12. Особенности самоуправления психическим состоянием в юношеском возрасте.
13. Развитие познавательного интереса и поисковой активности у подростков.
14. Особенности мотивации учения у школьников.
15. Связь индивидуального стиля общения классного руководителя с особенностями ученического коллектива.
16. Ролевые игры как средство коррекции взаимоотношений со сверстниками у детей подросткового возраста.
17. Диагностика и коррекция межличностных взаимоотношений со сверстниками в коллективе разных ступеней обучения.

Вопросы для дифференцированного зачета

1. Цель и задачи психологии как науки
2. Отрасли и методы психологии
3. Психические процессы: познавательные
4. Понятие о психике.

5. Возникновение сознания человека. Отличие сознания человека от психики животных.
6. История развития психологического знания.
7. Виды внимания. Развитие внимания.
8. Понятие об ощущении, Виды ощущений.
9. Закономерности ощущений.
10. Виды восприятий и их свойства.
11. Понятие о мышлении. Формы мышления,
12. Процессы мышления. Мышление и воображение.
13. Виды мышления. Взаимосвязь мышления и речи.
14. Понятие о памяти. Характеристика видов памяти.
15. Понятие о воображении. Виды воображения.
16. Характеристика понятий «человек», «личность», «индивид», «индивидуальность».
17. Факторы, влияющие на формирование личности.
18. Понятие о воле. Функции воли.
19. Понятие об эмоциях и чувствах. Функции чувств.
20. Характеристика типов темперамента.
21. Понятие о темпераменте. Основные свойства темперамента.
22. Понятие о способностях. Виды способностей.
23. Понятие о характере. Формирование характера.
24. Самооценка и уровень притяжений личности.
25. Понятие «группы и их классификация»
26. Межличностные отношения в группах и в коллективе.
27. Понятие об общении.
28. Функции общения. Средства общения.
29. Поятие о речи. Виды и функции речи.
30. Характеристика основных видов деятельности. Понятие «ведущий вид деятельности»,
31. Приемы деятельности. Навык. Привычка, Умение.
32. Основные элементы коммуникации. Вербальная коммуникация
33. Понятие коммуникации. Коммуникативные барьеры
34. Методы развития коммуникативных способностей
35. Общение: понятие, виды и средства
36. Основные приемы эффективной коммуникации
37. Понятие конфликта. Виды конфликтов
38. Пути разрешения конфликта.
39. Деловой этикет в профессиональной деятельности
40. Взаимосвязь делового этикета и этики деловых отношений
41. Понятие о психологии здоровья. Базовые определения здоровья
42. Концепция позитивного психического здоровья