

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Белорусский государственный университет
информатики и радиоэлектроники»

И. Г. Шупейко, А. Ю. Борбот

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

*Рекомендовано УМО по образованию
в области информатики и радиоэлектроники
в качестве пособия для студентов, получающих высшее образование
по специальности 1-58 01 01 «Инженерно-психологическое
обеспечение информационных технологий»*

Минск БГУИР 2012

УДК [159.9+37.013](076)
ББК 88.3я73+74.00я73
Ш96

Р е ц е н з е н т ы:

кафедра юридической психологии Минского института управления
(протокол №5 от 19 декабря 2011 г.);

доцент кафедры психологии Белорусского государственного университета,
кандидат психологических наук, доцент Ю. Г. Фролова

Шупейко, И. Г.

Ш96 Общая психология и педагогика : пособие / И. Г. Шупейко, А. Ю. Бор-
бот. – Минск : БГУИР, 2012. – 66 с.
ISBN 978-985-488-851-4.

Пособие содержит теоретический материал, контрольные вопросы и задания по дисциплине «Общая психология и педагогика». Является методическим обеспечением проведения практических занятий для студентов специальности 1-58 01 01 «Инженерно-психологическое обеспечение информационных технологий».

**УДК [159.9+37.013](076)
ББК 88.3я73+74.00я73**

ISBN 978-985-488-851-4

© Шупейко И. Г., 2012
© УО «Белорусский государственный
университет информатики
и радиоэлектроники», 2012

Содержание

Введение.....	4
Тема 1. Темперамент	5
Тема 2. Характер	11
Тема 3. Потребности	13
Тема 4. Направленность личности	15
Тема 5. Психология как наука о психике	16
Тема 6. Природа, функции и проявления психики.....	19
Тема 7. Психология личности.....	20
Тема 8. Деятельность личности.....	22
Тема 9. Познавательные процессы.....	24
Тема 10. Эмоциональные процессы.....	26
Тема 11. Воля и волевые процессы у человека.....	29
Тема 12. Социально-психологические особенности производственного коллектива.....	30
Тема 13. Психологические особенности работы руководителя.....	32
Тема 14. Психологические барьеры и трудности делового общения	33
Тема 15. Конфликты в организациях и пути их разрешения	34
Тема 16. Цели и задачи психологии профессиональной деятельности	36
Тема 17. Профессиональная карьера	37
Тема 18. Методы психологии профессиональной деятельности.....	40
Тема 19. Мотивация трудовой деятельности	43
Тема 20. Функциональные состояния в трудовой деятельности	44
Тема 21. Профессиональное самоопределение.....	51
Тема 22. Профессиональный отбор.....	53
Тема 23. Здоровье и безопасность субъекта труда.....	54
Тема 24. Введение в педагогику.....	55
Тема 25. Дидактика.....	57
Тема 26. Педагогика как теория воспитания.....	61
Тема 27. Семейное воспитание.....	64

Введение

Данное пособие предназначено для проведения практических занятий по дисциплине «Общая психология и педагогика» со студентами специальности 1-58 01 01 «Инженерно-психологическое обеспечение информационных технологий». Целью изучения данной дисциплины является формирование у студентов системы психологических и педагогических понятий, необходимых как для усвоения последующих дисциплин психологического цикла, так и для использования их в своей будущей профессиональной деятельности.

Пособие содержит учебные материалы для проведения практических занятий с использованием двух основных методических схем.

Первая схема используется для тем занятий, материал которых не рассматривается подробно в лекционном курсе. Поэтому эти темы содержат необходимый теоретический материал, который студенты должны изучить во время занятия, а затем на его основе выполнить дополнительные задания.

Другая схема относится к занятиям, теоретический материал которых подробно рассматривается в лекционном курсе. На практических занятиях по таким темам необходимо повторить этот материал, самостоятельно проговорить его, рассмотреть многочисленные ситуации его правильного использования в различном контексте. Поэтому по этим темам в пособии приводится достаточно обширный перечень контрольных вопросов, которые ориентируют студентов в процессе усвоения содержания изучаемых научных понятий, задают направления самостоятельному мышлению студентов, позволяют формировать умения правильно использовать данные понятия в устной и письменной речи.

Темы занятий соответствуют учебной рабочей программе дисциплины, а пособие в целом обеспечивает выполнение всего цикла практических занятий по данной дисциплине.

Тема 1. Темперамент

Человек не рождается сложившейся личностью, ею он становится постепенно. Однако с момента рождения у него наблюдаются индивидуальные особенности психики. Психика каждого человека уникальна. Ее неповторимость связана как с особенностями биологического и физиологического строения и развития организма, так и с единственной в своем роде композицией социальных связей и контактов. Наиболее устойчивые индивидуально-психологические различия отмечаются в темпераменте, характере, направленности и способностях.

Темперамент – индивидуально-своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые одинаково проявляются в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в различном возрасте.

Понятие «темперамент» возникло на основе учения древнегреческого ученого и врача Гиппократ (VI в. до н. э.), утверждавшего, что соотношение четырех элементов, из которых якобы состоит человеческое тело (кровь, лимфа, желчь и черная желчь), определяет течение физических и душевных болезней, а также поведение человека.

В житейской психологии преобладает понимание темперамента как совокупности социально-содержательных психологических свойств, но подобный подход научно устарел – современная психология относит социально-содержательные психологические свойства не к свойствам темперамента, а к свойствам личности, в первую очередь характера. Темперамент – характеристика индивида со стороны его динамических особенностей протекания: интенсивности, скорости, темпа, ритма психических процессов и состояний.

Таким образом, от темперамента человека зависит:

- 1) скорость возникновения психических процессов (например, скорость восприятия, быстрота мышления, длительность сосредоточения внимания и т. п.);
- 2) пластичность и устойчивость психических явлений, легкость их смены и переключения;
- 3) психический темп и ритм;
- 4) интенсивность психических процессов (например, сила эмоций, активность воли);
- 5) направленность психической деятельности на определенные объекты (экстраверсия или интроверсия).

Экстраверсия – это направленность личности на окружающий мир, окружающих людей и события, интроверсия – направленность личности на ее внутренний мир. Как правило, экстраверты открыты в проявлениях своих чувств, стремятся к общению и лидерству, развлечениям, новым впечатлениям, у них широкий круг знакомств. Интроверты, наоборот, стимулы для жизненной активности черпаются изнутри, живут своим богатым внутренним миром, часто

бывают погружены в себя, могут испытывать трудности при установлении контактов с людьми. В жизни «чистые» интро- или экстраверты встречаются очень редко.

Не все динамические особенности определяются темпераментом. Влияют и другие факторы: возраст, состояние здоровья, отношение к делу. Вместе с тем свойства темперамента – это наиболее устойчивые индивидуальные особенности, а динамические особенности, зависящие не от темперамента, гораздо менее устойчивы.

Темперамент человека проявляется в его **эмоциональной впечатлительности** (т. е. силе эмоционального возбуждения, быстроте, с которой оно охватывает человека, в устойчивости, с которой оно сохраняется) и **импульсивности**, характеризующейся силой побуждений, скоростью, с которой они овладевают моторной сферой и переходят в действие, и устойчивостью, с которой они сохраняют свою действенную силу.

Холерический темперамент характеризуется сильной впечатлительностью и большой импульсивностью, **сангвинический** – слабой впечатлительностью и большой импульсивностью, **меланхолический** – сильной впечатлительностью и малой импульсивностью, **флегматический** – слабой впечатлительностью и малой импульсивностью.

Поистине поворотным пунктом в истории естественнонаучного изучения темпераментов явилось учение И. П. Павлова о типах нервной системы (типах высшей нервной деятельности), общих для человека и высших млекопитающих. И. П. Павлов доказал, что физиологической основой темперамента является тип высшей нервной деятельности, определяемый соотношением основных свойств нервной системы: силы, уравновешенности и подвижности процессов возбуждения и торможения, протекающих в нервной системе. Тип нервной системы является генотипом, т. е. наследственным типом. Рассмотрим свойства нервной системы более подробно.

1. Сила – способность нервных клеток сохранять нормальную работоспособность при значительном напряжении процессов возбуждения и торможения, возможность ЦНС выполнить определенную работу без необходимости восстановления ее ресурсов. Сильная нервная система способна выдержать большую нагрузку в течение длительного времени и, наоборот, слабая нервная система не выдерживает большой и длительной нагрузки. Считается, что лица с более сильной нервной системой выносливее и стрессоустойчивее. Сила нервной системы по возбуждению проявляется в том, что человеку относительно легко работать в неблагоприятных условиях, ему достаточно непродолжительного отдыха для восстановления сил после утомительной работы, он способен интенсивно работать, не теряется в необычной обстановке, настойчив. Сила нервной системы по торможению проявляется в способности человека сдерживать свою активность, например, не разговаривать, проявлять спокойствие, самообладание, быть сдержанным и терпеливым.

2. Уравновешенность нервных процессов отражает соотношение, баланс возбуждения и торможения. При этом уравновешенность означает одинаковую выраженность нервных процессов.

3. Подвижность нервной системы выражается в способности быстрого перехода от одного процесса к другому, от одной деятельности к другой. Лица с более подвижной нервной системой отличаются гибкостью поведения, быстрее приспосабливаются к новым условиям.

И. П. Павлов выделил четыре четко очерченных типа нервной системы, т. е. определенных комплексов основных свойств нервных процессов.

1. Слабый тип характеризуется слабостью как возбуждательного, так и тормозного процессов – меланхолик.

2. Сильный неуравновешенный тип характеризуется сильным раздражительным процессом и относительно сильным процессом торможения – холерик, «безудержный» тип.

3. Сильный уравновешенный подвижный тип – сангвиник, «живой» тип.

4. Сильный уравновешенный, но с инертными нервными процессами – флегматик, «спокойный» тип.

Рассмотрим характеристики различных типов темперамента.

Сангвиник – это человек быстрый, легко приспосабливающийся к изменчивым условиям жизни. Он в высшей степени подвижный, живо и быстро откликается на все, привлекающее его внимание. Высокая пластичность проявляется также в изменчивости интересов, стремлении к частой смене впечатлений. Сангвиник отличается быстротой и выразительностью движений, разнообразием и богатством мимики, быстрым темпом речи. По его лицу легко угадать, каково его настроение, отношение к предмету или человеку. Его эмоции быстро возникают и быстро сменяют друг друга. Он сравнительно легко переживает неудачи и неприятности.

Сангвиник – экстраверт, он легко сходится с новыми людьми, быстро устанавливает социальные контакты и поэтому у него широкий круг знакомств. Он чувствует себя в компании новых людей как рыба в воде, и новая и необычная обстановка его несколько не пугает. Он почти всегда инициатор в общении, немедленно откликается на желание пообщаться со стороны другого человека. Но его отношение к людям может быть изменчивым и непостоянным.

Сангвиник обладает повышенной активностью. Это человек очень энергичный и работоспособный, он быстро включается в работу, активно принимается за новое дело и может долго работать, не утомляясь. Без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и переучивается, овладевает новыми навыками. Он продуктивный деятель, но лишь тогда, когда много дел, в противном случае он становится скучным и вялым. Сангвиники легко загораются интересом к новому делу, но и быстро остывают, часто не доводя его до конца, им порой не хватает терпения и волевого напора, чтобы достичь цели.

При неблагоприятных условиях и отрицательных воспитательных влияниях подвижность сангвника может вылиться в отсутствие сосредоточенности, неоправданную поспешность поступков, поверхностность.

Холерик – это человек, нервная система которого характеризуется преобладанием возбуждения над торможением. Он отличается высоким уровнем психической активности, большой жизненной энергией, резкостью, энергичностью, силой движений, их быстрым темпом, порывистостью. Люди с таким темпераментом склонны к резким сменам настроения, нетерпеливы, вспыльчивы и несдержанны. При отсутствии надлежащего воспитания их недостаточная эмоциональная уравновешенность может привести к неспособности контролировать свои эмоции в трудных жизненных обстоятельствах.

Холерики полны сил, энергичны, но часто не умеют рассчитывать свои силы, быстро их растрачивают, а потом работают с перенапряжением. Такой человек приступает к делу с полной отдачей, увлеченно, но зачастую сил ему хватает ненадолго. Неуравновешенность нервной системы предопределяет цикличность в смене активности и бодрости. Холерику трудно дается деятельность, требующая плавных движений, спокойного, медленного темпа, он неизбежно будет проявлять нетерпение, порывистость и т. д.

Как и сангвник, холерик – экстраверт, стремящийся к общению и новым знакомствам.

Флегматик. Благодаря уравновешенности процессов возбуждения и торможения, флегматик – спокойный, всегда ровный и сдержанный человек. Ему присуща замедленность реакций, он ненаходчив и медлителен, с трудом приспособляется к новой обстановке, перестраивает навыки и привычки. В то же время флегматик хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям.

Это человек достаточно энергичный и работоспособный, настойчивый и упорный труженик, отличающийся терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Флегматик трудно переключается с одного вида деятельности на другой.

Он обладает малой чувствительностью и эмоциональностью, его трудно рассмешить или опечалить. Когда вокруг громко смеются, он может оставаться невозмутимым. Чаще всего это спокойный невозмутимый человек, с устойчивыми стремлениями и более или менее постоянными настроениями и чувствами. Обычно у него бедная невыразительная мимика и интонация, медленный темп движений и речи.

Флегматик – интроверт, он медленно устанавливает социальные контакты, трудно сходится с людьми, нескоро начинает общаться с ними. Будучи не склонным к перемене своего окружения, флегматик отличается постоянством привязанностей и контактов, любит находиться в узком кругу старых знакомых, в привычной обстановке.

При неблагоприятных условиях у флегматика может развиваться вялость, бедность эмоций, склонность к выполнению однообразных привычных действий.

Меланхолик – это человек со слабой выносливостью, плохо сопротивляющийся воздействию сильных стимулов. Воздействие сильных стимулов на него может привести к нарушениям поведения, поэтому он часто пассивен и заторможен. Попадая в стрессовую ситуацию, он суетится, чувствует себя растерянным, замыкается в себе. Меланхолик характеризуется низким уровнем психической активности, замедленностью движений, сдержанностью моторики и речи, быстрой утомляемостью.

Для него характерна глубина и устойчивость эмоций при слабом их внешнем выражении. Эмоционально чувствительный и впечатлительный человек, он легко раним, глубоко переживает даже незначительные неудачи и неприятности. Он неуверен в себе, робок, порой малейшая трудность заставляет его опускать руки. Ему присуще легко отвлекаемое и неустойчивое внимание и замедленный темп всех психических процессов. Мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны.

Среди меланхоликов большинство – интроверты. Меланхолик малоразговорчив, малообщителен, с трудом вступает в новые знакомства. Его пугает новая обстановка, новые люди – он теряется, смущается и поэтому уходит в себя, замыкается.

При неблагоприятных условиях у меланхолика может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость и отчужденность. Лица с таким темпераментом – это зачастую люди чести, совести и преданные друзья.

Следует иметь в виду, что на практике «чистые», отчетливо выраженные указанные темпераменты встречаются нечасто, обычно человеку свойственна та или иная их комбинация. Однако значительное преобладание черт какого-нибудь одного типа позволяет относить, с известной степенью условности, темперамент людей к тому или иному типу. В то же время у людей одного и того же типа темперамента степень выраженности отдельных его свойств может быть различной. Поэтому, хотя каждого человека можно отнести к определенному типу темперамента, индивидуальные различия между людьми по свойствам темперамента бесконечно разнообразны.

Проявление темперамента более отчетливо выражены у молодых людей, с возрастом проявления темперамента становятся менее яркими, приглушенными, т. к. поведение человека все больше регулируется чертами характера.

Учитывая свойства темперамента человека, можно с определенной вероятностью предсказать особенности его реагирования в заданной ситуации. Однако следует учитывать, что поведение человека зависит не только от темперамента. Реакция на ситуацию может определяться как влиянием темперамента, так и явиться следствием воспитания, влияния социальной среды, обучения и жизненного опыта.

Темперамент человека не предопределяет социально-нравственной ценности его личности. Он не характеризует его мотивы, ценностные ориентации, мировоззрение, и не определяет непосредственно содержательные черты личности.

Темперамент не определяет уровня общих или специальных способностей. Различия по темпераментам – это различия не по уровню возможностей психики, а по своеобразию её проявления. Особенности темперамента обуславливают пути и способы работы, но не уровень достижений. Те или иные свойства темперамента в одних обстоятельствах деятельности могут способствовать достижению успеха в ней, в других – препятствовать. Когда требования деятельности противоречат какому-либо свойству темперамента, то человек может выбрать такие приемы и способы ее выполнения, которые наиболее соответствуют его темпераменту и помогают преодолеть влияние отрицательных в данных условиях проявлений темперамента. Совокупность таких успешных индивидуальных приемов и способов, выработанных человеком в процессе деятельности, характеризует его *индивидуальный стиль деятельности*. Приобретение определенного индивидуального стиля не изменяет самого темперамента.

Ни одна сторона личности – ее направленность, характер, уровень общих и специальных способностей – не предопределена темпераментом, не зависит от него, однако динамические особенности проявления всех свойств личности в той или иной мере зависят от типа темперамента.

Контрольные вопросы

1. Что такое темперамент?
2. Назовите общие свойства темперамента.
3. К какому виду психических явлений относится темперамент?
4. В каких сторонах психической активности проявляется темперамент?
5. Есть ли у темперамента физиологическая основа?
6. Что такое «генотип»?
7. Назовите основные свойства нервной системы человека.
8. Какие два основных процесса протекают в нервной системе человека?
9. Кто установил, что тип нервной системы определяет темперамент человека?
10. Назовите типы темперамента человека.
11. Чем различаются экстраверт и интроверт?
12. Какое сочетание свойств нервной системы определяет холерический темперамент?
13. Какое сочетание свойств нервной системы определяет сангвинический темперамент?
14. Какое сочетание свойств НС определяет флегматический темперамент?
15. Какое сочетание свойств НС определяет меланхолический темперамент?
16. Изменяется ли темперамент в течение жизни человека?
17. В каком возрасте темперамент проявляется наиболее ярко и почему?
18. Почему с возрастом проявления темперамента становятся менее отчетливыми?

19. Какими способами можно охарактеризовать различные типы темперамента?

20. Какие два комплексных параметра можно использовать для описания типов темперамента?

21. Свяжите типы темперамента с параметрами «импульсивность» и «впечатлительность».

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.

2. Дайте развернутый письменный ответ на следующие вопросы:

2.1. *Почему человеку полезно знать тип своего темперамента?*

2.2. *Какими методами можно определить тип темперамента человека?*

2.3. *Нужно ли руководителю знать типы темперамента своих подчиненных?*

2.4. *Решению каких управленческих задач помогает знание типов темперамента людей?*

3. Укажите, к какому типу темперамента относятся приведенные ниже свойства:

повышенная активность, длительная работоспособность, энергичность, вспыльчивость, непоседливость, терпеливость, медлительность движений и речи, быстрое формирование навыков, малая активность, невыразительность речи, повышенная чувствительность, быстрое возникновение и смена чувств и эмоций, преобладание ровного, спокойного настроения.

Тема 2. Характер

Контрольные вопросы

1. Что такое характер?

2. Назовите общие свойства характера?

3. В каких сферах психической активности проявляется характер?

4. В чем заключается двойственная связь характера человека с его отношениями к окружающему миру?

5. Есть ли у характера физиологическая основа?

6. Какая связь существует между характером и типом нервной системы человека?

7. Что такое «структура характера»?

8. Назовите четыре группы черт характера, образующие симптомокомплексы.

9. В каких чертах характера проявляется отношение человека к другим людям?

10. В каких чертах характера проявляется отношение человека к труду?

11. В каких чертах характера проявляется отношение человека к самому себе?

12. В каких чертах характера проявляется отношение человека к вещам?
13. Какие группы отношений главным образом определяют характер человека (т. е. являются центральными или стержневыми)?
14. Как влияет наличие центральных или стержневых отношений личности на практику воспитания характера?
15. Под влиянием каких факторов формируется характер человека?
16. Что такое «целостность» характера?
17. Что такое «акцентуация» характера?
18. Как связаны между собой темперамент человека и его характер?
19. Можно ли изменить свой характер?
20. Что нужно делать для того, чтобы сформировать у себя желаемую черту характера?
21. Полезно ли человеку знание особенностей своего характера?
22. Надо ли руководителю знать особенности характера своих подчиненных?
23. Какими методами можно определить характер человека?
24. Справедлива ли поговорка: «Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу»?

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.
2. Выберите из приведенного списка слова, которыми можно описать характер:
медлительность, впечатлительность, общительность, сила эмоциональной реакции, быстрая адаптация, быстрота мышления, благородство, трудолюбие, скупость, развязность, агрессивность, вспыльчивость, оптимизм, неряшливость, решительность, дружелюбие, воля, требовательность, осторожность, тревожность, изобретательность.
3. Вставьте пропущенные слова в предложениях.
 - 3.1. *От ... зависят особенности характера, определяющие динамику его проявления.*
 - 3.2. *Характер не наследуется и не является прирожденным качеством личности, он ... под влиянием условий жизни, в процессе воспитания и активного ... с окружающим миром.*
 - 3.3. *На формирование характера особенно влияет*
 - 3.4. *Черты ... отражают то, ... действует человек, а черты личности – то, ... он действует.*
4. Прокомментируйте приведенные высказывания. Укажите наиболее верные, с вашей точки зрения, и неправильные.
 - 4.1. *Характер – это такое совокупное психическое свойство, которое и наследуется, и формируется в процессе его жизнедеятельности.*

4.2. *Черты характера социально типичны и индивидуально своеобразны.*

4.3. *В характере проявляются и отношения личности, и способы действия, при помощи которых эти отношения осуществляются.*

4.4. *Характер – это программа типичного поведения в типичных обстоятельствах.*

4.5. *С характером рождаются, а личностью становятся.*

5. В каком из отношений находятся пары понятий:

5.1. а) *характер* – б) *темперамент*;

5.2. а) *личность* – б) *характер*;

5.3. а) *воля* – б) *характер*;

5.4. а) *психика* – б) *характер*;

5.5. а) *воспитание* – б) *характер*.

6. Из указанных в скобках слов выберите те, которые находятся к данному слову в том же отношении, что и в приведенном образце. Укажите принцип построения аналогии.

6.1. *Образец:* темперамент: тип высшей нервной деятельности;

Характер: ... (*наследственность, воспитание, отражение, акцентуация, темперамент*).

6.2. *Образец:* личность: направленность;

Характер: ... (*познание, поступок, разум, психическое, акцентуация, воля*).

Тема 3. Потребности

Контрольные вопросы

1. К какому виду психических явлений относятся потребности?

2. Что такое потребность?

3. Что является главным источником активности любого живого существа?

4. Что такое «предмет потребности»?

5. В чем выражается субъективное переживание потребности?

6. Есть ли потребности у животных (у растений)?

7. В чем заключаются особенности потребностей животных?

8. Какую форму имеют в основном потребности животных?

9. В чем состоит существенное отличие потребностей человека от потребностей животных?

10. Как следует понимать утверждение, что потребности человека имеют общественно-личный характер?

11. Изменяются ли потребности человека в течение его жизни, если «да», то почему?

12. Как следует понимать утверждение, что потребности человека имеют относительный характер?

13. По каким критериям принято классифицировать потребности человека?
14. На какие виды делятся потребности человека по своему происхождению?
15. На какие виды делятся потребности человека по характеру предмета?
16. На какие виды делятся потребности человека по отношению к требованиям общества?
17. Осознаются ли потребности человеком?
18. В чем проявляется осознание потребности?
19. Чем обусловлено наличие у человека тех или иных потребностей?
20. Различается ли система потребностей у разных людей, если «да», то почему?
21. Назовите характерные особенности потребностей.
22. Как связаны между собой потребности и мотивы человека?
23. Кто является автором широко известной структуры личных потребностей человека?
24. Что представляет собой структура личных потребностей человека по А. Маслоу?
25. В чем заключается основная закономерность структуры личных потребностей А. Маслоу?
26. При каких условиях у человека начинают проявляться потребности более высоких ступеней?
27. Какие потребности человека генетически являются более поздними?
28. Какие потребности человека более важны для его выживания?
29. Какие потребности человека субъективно воспринимаются как более насущные?
30. Удовлетворение каких потребностей способствует развитию личности?
31. На каком уровне потребностей жизнь человека оказывается биологически более эффективной?

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.
2. Дайте развернутый ответ на следующие вопросы:
 - 2.1. *Верно ли, что потребность – это то, в чем нуждается человек?*
 - 2.2. *В чем проявляется относительный характер потребностей?*
 - 2.3. *К какому виду потребностей относится потребность иметь личный автомобиль?*
3. Приведите собственные примеры безнравственных и нравственно оправданных потребностей.
4. Придумайте собственный пример ситуации, иллюстрирующей, что не одна потребность, а их система определяет поведение человека.

Тема 4. Направленность личности

Контрольные вопросы

1. К какому виду основных психических явлений относится направленность личности?
2. Что такое направленность личности?
3. Назовите общие свойства направленности личности?
4. Что такое «мотивационная сфера личности»?
5. Как связаны между собой направленность личности и ее мотивационная сфера?
6. Назовите общие свойства мотивационной сферы личности?
7. Назовите качества направленности личности.
8. Что такое «уровень направленности»?
9. Что такое «широта направленности»?
10. Что такое «интенсивность направленности»?
11. Что такое «устойчивость направленности»?
12. Что такое «действенность направленности»?
13. Что такое «мотив» как психическое явление?
14. Есть ли связь между мотивами человека и его потребностями?
15. По каким критериям обычно классифицируют мотивы человека?
16. Назовите виды осознаваемых мотивов человека?
17. Что такое «интерес» как психическое явление?
18. Что такое «склонность» как психическое явление?
19. Что такое «желание» как психическое явление?
20. Что такое «стремление» как психическое явление?
21. Что такое «намерение» как психическое явление?
22. Что такое «убеждение» как психическое явление?
23. Что такое «мировоззрение» как психическое явление?
24. Что такое «установка» как психическое явление?
25. Что такое «влечение» как психическое явление?
26. Назовите основные виды направленности личности?
27. Что представляет собой «направленность на взаимодействие»?
28. Какие потребности преобладают у человека с направленностью на взаимодействие?
29. Что представляет собой «деловая направленность»?
30. Какие потребности преобладают у человека с деловой направленностью?
31. Что представляет собой «личная направленность»?
32. Какие потребности преобладают у человека с личной направленностью?
33. Что такое «профессиональная направленность личности»?
34. Что является индикатором профессиональной направленности личности?

35. Какие типы профессий выделяют при оценке профессиональной направленности?

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.
2. Прокомментируйте следующие суждения:
 - 2.1. *«Направленность личности – это «ядро» ее мотивационной сферы».*
 - 2.2. *«Профессиональная направленность – это отношение человека к профессиональной деятельности».*
3. В приведенном ниже перечислении качеств подчеркните те, которые относятся к направленности личности:
широта, глубина, высота, уровень, ясность, интенсивность, эффективность, устойчивость, осознанность, действенность, расплывчатость, очерченность, объем, адекватность.
4. Из приведенного ниже перечня понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим:
психика, мотив, отражение, направленность, личность, профессиональная направленность, интерес.
5. Объясните, почему руководителю желательно знать направленность личности своих подчиненных?
6. Опишите, где в процессе управления организацией можно использовать знание профессиональной направленности работников?

Тема 5. Психология как наука о психике

Контрольные вопросы

1. Что такое психология?
2. Откуда произошло слово «психология»?
3. Дайте характеристику двум основным значениям слова «психология».
4. Что является объектом и предметом исследования современной психологии?
5. Назовите основные этапы истории психологии, которым соответствовали различные представления о ее предмете.
6. В чем состоят особенности психологии как науки?
7. Чем различаются научные и житейские психологические знания?
8. Назовите основные задачи современной психологии и дайте по каждой из них содержательное пояснение.
9. Назовите важнейшие направления психологии и дайте им характеристику.

10. Чем характеризуется современная ситуация в психологической науке и как она влияет на изучение психологии?

11. Какое место занимает современная психология в системе научного знания?

12. Нарисуйте структурную схему классификации отраслей психологической науки.

13. Используя схему классификации отраслей психологии, охарактеризуйте предмет и задачи ее основных направлений.

14. Что такое методология науки и какие уровни в ней можно выделить?

15. Какие основные научные представления составляют содержание диалектико-материалистического подхода как общей методологии современной отечественной психологии?

16. Перечислите основные методологические принципы современной отечественной психологии и дайте им развернутую характеристику. Попытайтесь обосновать важность, значимость и необходимость каждого принципа.

17. Что представляет собой частная методология современной психологии?

18. Обоснуйте и докажите, что психология – это наука о самом сложном.

Задачи

1. Нарисуйте структурно-логическую схему темы.

2. Нарисуйте структурную схему классификации методов психологического исследования.

3. Нарисуйте структурную схему классификации отраслей современной психологии.

4. Объясните и докажите с использованием примеров и иллюстраций, что роль и значение людей, их психики и сознания в современном обществе постоянно возрастает.

5. Какие отрасли психологии решают следующие задачи:

- *оценить эффективность воздействия телепередачи на зрителей;*
- *установить психологические причины преступности среди молодежи;*
- *выявить условия эффективного запоминания информации;*
- *выявить психологические причины аварийности на производстве;*
- *разработать меры по устранению дедовщины в армии;*
- *разработать методы психологической работы врачей с пожилыми людьми;*
- *установить уровень психического развития ребенка;*
- *разработать систему приемов повышения рейтинга политического лидера;*

- выявить психологические причины неуспеваемости школьников;
- оценить эффективность различных стратегий поведения в межличностном конфликте;
- выявить психологические особенности поведения мужчин и женщин.

6. Вставьте пропущенные слова:

- психология – это наука о возникновении и функционировании в деятельности индивидов психического ... реальности;
- психология изучает ... состояния и свойства человека на разных этапах его ..., а также закономерности его формирования как активного ... социального прогресса;
- одно из первых объяснений функционирования разума сводилось к идее о некоей ..., заключенной в теле.

7. Укажите, с каким научным направлением, представлением о предмете психологии связано то или иное определение, в чем состоят его достоинства и ограничения (возможно, с учетом исторических условий его возникновения).

7.1. Предметом психологии должно быть поведение, понимаемое как совокупность реакций организма на определенные стимулы среды, к которой он адаптируется.

7.2. Предметом психологии являются скрытые глубинные слои психической активности личности. Поведение человека в значительной степени подчиняется влиянию подсознательных влечений.

8. Дайте обоснованные письменные ответы на следующие вопросы:

8.1. «Общая методология» и «философская методология» – это синонимы или разные понятия?

8.2. Какое философское направление является общей методологией психологии?

8.3. Верно ли, что поскольку психика – явление идеальное, нематериальное, к ее изучению неприменимы законы материального мира, методология, используемая в естественных науках (например, математике, физике, биологии)?

8.4. Верно ли, что принцип детерминизма означает, что ничего нельзя изменить, поскольку все имеет причину – заранее предрешиено?

8.5. Верно ли, что принцип единства сознания и деятельности утверждает, что сознание и деятельность тождественны?

Тема 6. Природа, функции и проявления психики

Контрольные вопросы

1. Что такое отражение?
2. Какие виды отражения существуют в материальном мире?
3. Что представляет собой физическое отражение и кому оно свойственно?

4. Что представляет собой физиологическое отражение и кому оно свойственно?
5. Что представляет собой психическое отражение и кому оно свойственно?
6. Приведите несколько примеров различных видов отражения: физического, физиологического, психического.
7. Что является критерием психического отражения?
8. Объясните, почему психическое отражение называют самым сложным видом отражения.
9. Объясните, в чем заключается субъективный и идеальный характер психического отражения?
10. Назовите основные этапы эволюционного развития психики (психического отражения) и дайте характеристику соответствующих им форм поведения.
11. Назовите важнейшие особенности психического отражения.
12. Справедливо ли утверждение, что психическое отражение одновременно направлено и в настоящее, и в прошлое, и в будущее?
13. Что является физиологическим носителем психики?
14. В чем состоит связь психического и физиологического?
15. Объясните смысл утверждения: «психическое отражение имеет процессуальный характер».
16. Назовите основные виды психических явлений и дайте им характеристику.
17. Нарисуйте схему взаимосвязей основных видов психических явлений и проиллюстрируйте ее примерами.
18. Какие основные функции выполняет психика человека?
19. В чем заключается познавательная функция психики человека?
20. В чем заключается регулятивная функция психики человека?
21. В чем заключается коммуникативная функция психики человека?
22. Что такое сознание?
23. Какие возможности обеспечивает человеку его сознание?
24. Как связаны между собой сознание и язык?
25. Как формируется сознание человека?
26. Как соотносятся понятия «психическое» и «сознательное»?
27. Назовите основные уровни психики человека и дайте им характеристику.

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.
2. Нарисуйте схему структуры сознания и объясните содержание ее основных компонентов.
3. Дайте письменные ответы на следующие вопросы:
 - Почему происхождение термина «сознание» иногда объясняют как «совместное (общее) знание»?

– Верно ли, что поскольку психическое отражение идеально, то оно должно создавать идеальную, т. е. наилучшую картину мира?

– Верно ли, что если отражение – свойство любых материальных объектов, а образы памяти – это результат отражения, то камни обладают памятью?

4. В каком из следующих отношений находятся пары понятий?

4.1. а) психика – б) отражение;

4.2. а) сознание – б) отражение;

4.3. а) психика – б) сознание;

4.4. а) отражение – б) восприятие;

4.5. а) бессознательная психика – б) сознание.

5. Ниже приведены примеры действий, которые выполняются на разном уровне осознания. Укажите, на каком уровне – сознательном или бессознательном – выполнено каждое действие.

5.1. В основе ходьбы лежат ощущения равновесия.

5.2. Семь раз отмерь, один – отрежь.

5.3. В жизни каждого человека бываю случаи, когда он забывает совершить действия, обещанные кому-нибудь.

5.4. Некоторые люди часто и некстати употребляют слова-паразиты.

5.5. Ученик, после того как решил задачу, проверил правильность ее решения.

5.6. По словам немецкого физика Ф. А. Кекуле, решение о структурной формуле бензола пришло ему во сне.

Тема 7. Психология личности

Контрольные вопросы

1. Что такое личность?
2. Как соотносятся понятия «индивид» и «личность»?
3. Как происходит процесс формирования у человека особого системного качества – личности?
4. Какие группы факторов определяют формирование личности?
5. Приведите аргументы (и научные факты), доказывающие роль биологических и социальных факторов в процессе формирования личности.
6. Что такое «индивидуальность» личности?
7. Что такое «психический склад» личности?
8. Назовите основные свойства личности и дайте им характеристику.
9. Что такое потребности и как их можно классифицировать?
10. Что является источником активности личности?
11. Что такое «деятельность» и чем она отличается от «поведения» человека?
12. Что такое «самосознание»?

13. Какие компоненты входят в структуру самосознания человека?
14. Что такое «образ Я» и как происходит его формирование?
15. Какие основные компоненты включает в себя «образ Я» человека?
16. Прокомментируйте и развернуто объясните следующие утверждения: «образ Я» – это и предпосылка, и следствие социального взаимодействия».
17. Что такое «уровень притязаний» личности, как он формируется и какие виды может принимать?
18. Что такое «самооценка» личности, как она формируется, какой может быть и на что влияет?
19. Приведите примеры конфликтных ситуаций, вызванных завышенной и заниженной самооценкой личности.
20. Что такое «локус контроля» и каким он может быть у человека?

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.
2. Составьте структурно-логическую схему раздела «Самосознание личности».
3. Какие из перечисленных ниже характеристик относятся к человеку как к личности, а какие – как к индивиду:

целеустремленность, упрямство, вдумчивость, старательность, приятный голос, общественная активность, критичность ума, прекрасная дикция, средний рост, музыкальность, вспыльчивость, моральная воспитанность, низкая адаптация к темноте, трудолюбие, плохая пространственная координация, голубые глаза, хороший слух, внимательность, честность, авторитет, темперамент, инстинкты, убеждения, знания, задатки, идеалы, механическая память, мышление, язык, музыкальный слух, гуманность.
4. Прокомментируйте следующие высказывания. С какими вы согласны (не согласны) и почему? Какие из этих высказываний можно использовать в качестве определений сущности личности?
 - 4.1. *Человек в той мере субъект, в какой он – личность; организм – не субъект.*
 - 4.2. *Личностью является лишь тот, кто обладает яркой индивидуальностью.*
 - 4.3. *Человек становится личностью благодаря самосознанию, которое позволяет ему свободно подчинять свое «Я» нравственному закону.*
 - 4.4. *Личность – субъект и объект общественных отношений.*
5. Вставьте пропущенные слова в следующие высказывания:
 - 5.1. *Личность – это человек в совокупности его качеств, формирующихся в различных видах и отношений.*
 - 5.2. *Личность – это не только продукт, но и общественных отношений.*

5.3. Понятие ... выражает неделимость, целостность и генотипические особенности человека как представителя рода.

5.4. Особенности индивида образуют обусловленную подструктуру

6. Из данных понятий выстройте логические ряды так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим.

6.1. *Нравственный идеал, личность, человек, направленность, мировоззрение.*

6.2. *Самосознание, «Я-концепция», личность, «Я-идеальное», сознание.*

7. Из указанных в скобках слов выберите те, которые находятся к данному слову в том же отношении, что и в приведенном образце. Укажите принцип построения аналогии.

7.1. *Образец:* человек: деятель общественного развития.

Личность: ... (организм, индивидуальность, сознательное существо, субъект общественных отношений, объект исследования в психологии).

7.2. *Образец:* животное: особь.

Человек: ... (биосоциальность, субъект, индивид, личность, индивидуальность).

7.3. *Образец:* человек: неповторимость.

Личность: ... (темперамент, активность, индивидуальность, способность).

Тема 8. Деятельность личности

Контрольные вопросы

1. Что такое деятельность?
2. Наличие какого признака позволяет считать активность человека деятельностью?
3. Всегда ли человек осознает мотивы своей деятельности?
4. Какие компоненты внутреннего мира человека регулируют его импульсивное поведение?
5. В чем заключается диалектический характер связи психики и деятельности?
6. Что означает утверждение, что деятельность имеет социальный характер?
7. Чем различается у человека его внешняя и внутренняя деятельность?
8. Есть ли связь между внешней и внутренней деятельностью человека?
9. Что такое «интериоризация»?
10. Назовите основные компоненты структуры деятельности и охарактеризуйте их.

Задачи

1. Вставьте пропущенные слова в следующие суждения:

1.1. *Деятельность человека не только ..., но и мотивирована.*

1.2. *Сознание человека зарождается, развивается и проявляется в*

1.3. *Потребности являются источником ... личности.*

1.4. *Цель является предпосылкой*

1.5. *Потребности обнаруживаются в ..., побуждающих к деятельности.*

1.6. *Осознанная ... становится мотивом поведения.*

2. Прокомментируйте и оцените правильность следующих суждений:

2.1. *Личность формируется в деятельности.*

2.2. *Всякая деятельность человека детерминирована, как правило, внутренними стимулами.*

2.3. *Деятельность обусловлена только сознанием человека.*

2.4. *Мотивами деятельности могут быть потребности, установки, мысли, чувства, идеалы.*

2.5. *Деятельность является решающим фактором формирования и развития активности личности.*

2.6. *Деятельность – исторически отработанная система воспроизводства предметного мира, природы человека и человеческих отношений.*

3. Из данных ниже понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим:

нервный импульс, труд, деятельность, трудовое действие, мышечные сокращения, трудовая операция, возбуждение.

4. Из указанных в скобках слов выберите те, которые находятся к данному слову в том же отношении, что и в приведенном образце.

4.1. Образец: деятельность: труд.

Действие: ... (сознание, рефлекс, операция, навык, интерес, человеческий фактор).

4.2. Образец: личность: направленность.

Деятельность: ... (мотив, цель, практика, потребность, активность).

4.3. Образец: операция: деятельность.

Вдевание нитки в иголку: ... (кройка, построение чертежа, покупка швейной машинки, выбор ткани, поиск привлекательного фасона в журналах мод, шитье).

5. Вставьте пропущенные слова в следующие утверждения:

5.1. *Деятельность порождается потребностью как ... , она управляется осознаваемой целью как*

5.2. *У человека формы поведения диктуются не самой потребностью как таковой, а общественно принятым ... ее удовлетворения.*

5.3. В тех случаях, когда осознание ... отсутствует, нет и деятельности, а имеет место ... , которое управляется непосредственно ... и

5.4. Человек может поддерживать активность, которая сама по себе немедленно не удовлетворяет ... – т. е. деятельность связана с

5.5. В процессе социализации субъект овладевает аккумулярованными в культуре формами, способами и средствами ... , усваивает ее ... и

Тема 9. Познавательные процессы

Контрольные вопросы

1. Перечислите познавательные процессы личности и покажите их значение в жизни человека.

2. Что такое ощущение как познавательный процесс?

3. По каким критериям классифицируют ощущения?

4. Назовите и охарактеризуйте виды ощущений.

5. Назовите основные свойства ощущений.

6. Что такое абсолютный и дифференциальный пороги чувствительности?

7. Что такое восприятие?

8. Назовите основные свойства восприятия и дайте им характеристику.

9. Что такое память?

10. Какие процессы включает в себя память человека?

11. По каким критериям классифицируют виды памяти?

12. Назовите и охарактеризуйте виды памяти.

13. Что такое мышление?

14. Как возникло мышление и какие основные стадии оно прошло в своем развитии?

15. Что такое воображение?

16. Назовите и охарактеризуйте виды воображения.

17. Какие функции у человека выполняет воображение?

18. Что такое представление?

19. Назовите и охарактеризуйте виды представлений.

20. Какие функции выполняют образы-представления?

21. Что такое внимание?

22. Назовите основные виды внимания и дайте им характеристику.

23. Какие функции выполняет внимание?

24. Что такое речь как психический процесс?

25. Какие функции выполняет речь?

26. Назовите виды речи и дайте им характеристику.

Задачи

1. Нарисуйте структурно-логическую схему темы.

2. Нарисуйте схему классификации ощущений.

3. Нарисуйте схему классификации видов памяти.

4. Нарисуйте схему классификации видов воображения.

5. Вставьте пропущенные слова в следующие утверждения.

5.1. *Основным источником наших знаний о внешнем мире являются*

5.2. *Ощущение, как и всякое психическое явление, имеет ... характер.*

5.3. *Особенность ощущений в том, что в них предметов и явлений материального мира.*

5.4. *Минимальное различие между двумя раздражителями, вызывающее едва заметное различие ощущений, называется (или).*

5.5. *В ощущениях отражаются отдельные свойства вещей и явлений, а восприятие дает их*

6. Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

6.1. *Ощущение как психофизиологический процесс начинается с...* а) физического процесса; б) физиологического процесса; в) психического процесса; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

6.2. *К экстероцептивным ощущениям относят...* а) зрительные ощущения; б) ощущения вибрации; в) органические ощущения; г) ощущения боли; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

6.3. *Минимальная величина раздражителя, вызывающая ощущение, называется...* а) верхним абсолютным порогом чувствительности; б) разностным порогом; в) нижним порогом; г) интенсивностью ощущения; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

6.4. *Одним из важных свойств восприятия является...* а) предметность; б) абстрактность; в) конформность; г) иерархичность; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

6.5. *В восприятии отражаются...* а) отдельные свойства вещей и явлений; б) целостные образы предметов и явлений; в) обобщенные понятия о предметах и явлениях; г) отдельные стороны действительности; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

7. Из данных понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим.

7.1. *Психика, память, отражение, познавательный процесс, словесно-логическая память.*

7.2. *Представление, отражение, чувственный образ, психика, познавательный процесс, образная память.*

8. В каких случаях перечисленные образы являются образами памяти, в каких – образами-представлениями и в каких – образами воображения:

синтезированный образ, образ-копия, типичный образ, акцентированный образ, фантастический образ, сознательно реконструированный образ, ассоциативный образ, гиперболизированный образ, образы сновидений, галлюцинаторные образы.

9. В каком из следующих отношений находятся пары понятий:

9.1. а) психика – б) мышление;

9.2. а) восприятие – б) мышление;

9.3. а) сознание – б) мышление.

10. Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

10.1. *Сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении, переживании обеспечивает ...* а) восприятие; б) внимание; в) рефлексия; г) узнавание; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

10.2. *Ориентировочный рефлекс рассматривается как объективный, врожденный признак...* а) непроизвольного внимания; б) произвольного внимания; в) послепроизвольного внимания; г) все ответы верны; д) все ответы неверны.

10.3 *Условием возникновения непроизвольного внимания является...* а) неожиданность раздражителя; б) новизна раздражителя; в) интересы (влечения) человека; г) необычность раздражителя; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

10.4. *Произвольное внимание ...* а) имеет биологическое происхождение; б) является продуктом созревания организма; в) имеет социальные корни; г) неминуемо формируется с возрастом; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

Тема 10. Эмоциональные процессы

Контрольные вопросы

1. Что такое эмоции?
2. Почему у человека появились, развились и сохранились эмоциональные явления?
3. В чем проявляются эмоциональные процессы во внутреннем и внешнем плане?
4. Что такое «модальность» эмоции?
5. Почему в одних ситуациях у человека возникают положительные эмоции, а в других – отрицательные?
6. Какие функции выполняют эмоции человека?
7. Чем различаются стенические и астенические эмоции?
8. Чем отличаются эмоции человека и животных?
9. Назовите виды (психологические формы) эмоций.
10. Что такое аффект, в каких случаях он возникает, как протекает и к чему приводит?

11. Что такое ситуативные эмоции и чем они отличаются от аффекта?
12. Что такое чувство и в чем заключается его предметность?
13. Что такое настроение и какие главные причины его вызывают?
14. Что такое стресс и какие причины его вызывают?
15. Как протекает стресс у человека и к каким последствиям он может привести?
16. Существует ли связь между личностными особенностями человека и последствиями для его здоровья эмоциональных нагрузок?
17. Почему нужно управлять эмоциями?
18. Что имеет наибольшее значение для эффективного самоуправления эмоциями?
19. Каким образом можно уменьшить эмоциональное перенапряжение, вызванное избыточной мотивацией?
20. Каким способом можно увеличить правильность оценки личной значимости событий с целью предупреждения эмоционального срыва?
21. Как можно уменьшить эмоциональное напряжение, вызванное излишним волнением?
22. Каким образом можно уменьшить интенсивность эмоций (и их отрицательных последствий), вызванных неудачами, несчастными случаями и невозможными потерями?
23. Каким способом можно быстро снять у себя возникшее эмоциональное напряжение?

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы «Эмоциональные процессы».
2. Объясните психологическое содержание утверждения: «эмоции и чувства человека имеют общественно-историческую природу».
3. В каких соотношениях находятся следующие пары понятий:
 - 3.1. а) эмоция – б) инстинкт;
 - 3.2. а) чувства – б) стресс;
 - 3.3. а) знания – б) чувства;
 - 3.4. а) отражение – б) эмоции;
 - 3.5. а) личность – б) чувства;
 - 3.6. а) эмоции – б) аффект;
 - 3.7. а) высшие чувства – б) любовь.
4. Прокомментируйте следующие утверждения. С каким из них можно (нельзя) согласиться и почему?
 - 4.1. *Переживание – непосредственное отражение человеком своих собственных состояний.*

4.2. Эмоция отражает отношение человека к объекту, поэтому несет только субъективную информацию о состоянии самого организма.

4.3. Эмоции – двухуровневый процесс, включающий субъективное переживание (чувственный тон образов восприятия) и внешнее выражение.

4.4. Наиболее существенной чертой эмоций является их субъективность.

4.5. Человек не способен осознавать и осмысливать свои эмоции, но только переживать их.

4.6. Эмоции обладают свойством изменять восприятие человеком причинных связей, что обычно называют «логикой мысли».

5. Из данных ниже понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим:

радость, отражение, психика, ситуативная эмоция, ликование, эмоциональное возбуждение.

6. Из указанных в скобках слов выберите те, которые находятся к данному слову в том же отношении, что и в приведенном образце. Укажите принцип построения аналогии.

6.1. Образец: *нервный импульс: объективное.*

Чувство: ... (духовное, субъективное, рациональное, материальное, нервный процесс).

6.2. Образец: *личность: самосознание.*

Эмоция: ... (субъект, отношение, настроение, желание, воля, мотивация).

7. Сформулируйте практические рекомендации по уменьшению частоты и интенсивности стрессовых ситуаций в процессе учебной деятельности.

8. Прокомментируйте следующие суждения. С каким из них можно (нельзя) согласиться и почему?

8.1. *Эмоция отражает отношение человека к объекту, поэтому несет только субъективную информацию о состоянии человека.*

8.2. *Эмоциональная жизнь человека существенно отличается от эмоций животных.*

8.3. *Эмоции нужны для приспособления к окружающей среде.*

Тема 11. Воля и волевые процессы у человека

Контрольные вопросы

1. Дайте психологическую характеристику произвольным и произвольным действиям человека.

2. Что такое волевые действия?

3. Как связаны между собой мотивационная сфера личности и ее волевая деятельность?

4. В каких случаях необходима волевая регуляция поведения?
5. Дайте психологическую характеристику простым и сложным волевым действиям человека.
6. Какие функции выполняют волевые действия?
7. Назовите основные характеристики волевого действия.
8. Перечислите важнейшие волевые качества личности и дайте им психологическую характеристику.
9. Как можно развить волевые качества?

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.

2. Из данных понятий выстройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим.
 - 2.1. Мужество, сознание, воля, отражение, смелость, психика.
 - 2.2. Планирование, мотивация, реализация действий, целеобразование.

3. Вставьте пропущенные слова в следующие утверждения.
 - 3.1. Воля – ... регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внешних и внутренних
 - 3.2. Благодаря ... разумное решение претворяется в
 - 3.3. Воля – ... человека управлять по своему ... решению ... процессами и состояниями, различными параметрами
 - 3.4. ... обеспечивает выполнение двух взаимосвязанных функций и проявляет себя в них: ... («не хочется, но надо») и ... («хочется, но нельзя»).

4. Проанализируйте приведенные высказывания. Какие из них, на ваш взгляд, верны, а какие – нет?
 - 4.1. Единственный критерий проявления воли в поведении – волевые качества личности.
 - 4.2. Главным признаком волевого поведения является недостаток побуждения и восполнение его.
 - 4.3. Волевым называют действие, принятое на основе внушающего воздействия.

5. Дайте развернутые письменные ответы на следующие вопросы:
 - 5.1. Что такое волевые действия?
 - 5.2. Почему человеку необходима воля?
 - 5.3. Как можно развить волевые качества?

6. Из приведенного ниже перечня качеств выберите те, которые характеризуют волю человека:

настойчивость, упрямство, самостоятельность, решительность, экспансивность, инфантильность, сообразительность, гибкость, самообладание, эмоциональность, внимательность, последовательность, впечатлительность, рассудительность.

Тема 12. Социально-психологические особенности производственного коллектива

Контрольные вопросы

1. Что такое «формальная» структура коллектива и чем она определяется?
2. В чем заключается нормативно-правовая регламентация формальной структуры коллектива?
3. Что представляет собой неформальная структура коллектива?
4. Почему люди в коллективе вступают в неформальные связи?
5. Какие коллективы характеризуются наличием неформальной организационной структуры?
6. Как связаны между собой формальная и неформальная структура коллектива?
7. Что такое «реальная» структура коллектива и от каких факторов она зависит?
8. Какие факторы определяют сплоченность коллектива и выделение в нем неформальных групп?
9. Как влияет на сплоченность коллектива его неоднородность по полу, возрасту, стажу работы, образованию?
10. Как влияет на сплоченность коллектива его численность?
11. Как влияет на сплоченность коллектива статус официального руководителя?
12. Что такое «ценностно-ориентационное единство» и как оно влияет на сплоченность коллектива?
13. Перечислите функции, выполняемые неформальной структурой коллектива, и раскройте их содержание.
14. Что такое «неформальное лидерство» в коллективе?
15. Назовите типы неформальных лидеров и дайте им характеристику.
16. Какими характерными чертами обладают, как правило, неформальные лидеры?
17. Каким должно быть поведение официального руководителя в отношении неформальных лидеров коллектива?
18. Что такое «психологическая совместимость»?
19. Чем определяется психофизиологическая совместимость и где она необходима?
20. Что такое «социально-психологическая совместимость» и от чего она зависит?
21. Назовите типы коммуникативного поведения людей при совместном решении задач и дайте им характеристику.

22. Что такое «социально-психологический климат» коллектива?

23. Перечислите признаки благоприятного социально-психологического климата коллектива.

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.

2. Вставьте пропущенные слова в следующие утверждения:

2.1. *Формальная структура коллектива ... функционально-технологическим разделением труда и представляет собой ... официальных связей и отношений между людьми в коллективе.*

2.2. *Структура эмоциональных отношений в коллективе влияет на формирование ... структуры первичного производственного коллектива.*

2.3. *Главная причина формирования неформальной структуры коллектива – это ... потребности людей.*

3. Дайте развернутые письменные ответы на следующие вопросы:

3.1. *Какие коллективы не имеют неформальной структуры и почему?*

3.2. *Почему социально-психологическая совместимость важна для любого коллектива (группы)?*

4. Прокомментируйте содержание следующих функций неформальной структуры группы:

4.1. *Сохранение внутренней культуры неформальной группы.*

4.2. *Утверждение системы межличностных коммуникаций.*

4. Из приведенного ниже перечня выберите факторы, влияющие на структурирование коллектива:

характер задач, стоящих перед коллективом; численность коллектива; возраст официального руководителя коллектива; однородность коллектива по стажу работы; особенности организации труда в коллективе; периодичность проведения производственных совещаний; неоднородность коллектива по возрасту; социально-психологический климат коллектива.

5. Объясните, почему для неформальных лидеров коллектива важны следующие качества:

5.1. *Высокая степень осознания складывающихся групповых норм.*

5.2. *Способность к эффективному общению.*

5.3. *Хорошая информированность по вопросам, важным для группы.*

6. Перечислите особенности поведения официального руководителя, способствующие формированию благоприятного социально-психологического климата.

Тема 13. Психологические особенности работы руководителя

Контрольные вопросы

1. Перечислите основные функции, выполняемые руководителем производственного коллектива.
2. В чем заключается административно-организационная функция руководителя?
3. В чем заключается целеполагающая функция руководителя?
4. В чем заключается экспертная функция руководителя?
5. В чем заключается дисциплинарно-стимулирующая функция руководителя?
6. В чем заключается представительская функция руководителя?
7. В чем заключается воспитательно-пропагандистская функция руководителя?
8. Назовите основные группы факторов, определяющих успешность деятельности руководителя, и дайте им характеристику.
9. Перечислите набор качеств, которыми должен обладать руководитель.
10. Что такое «стиль руководства»?
11. Охарактеризуйте директивный стиль руководства, назовите его плюсы и минусы.
12. В чем заключается демократический стиль руководства и что дает его применение?
13. Что представляет собой либеральный стиль руководства?
14. Что такое «гибкий» стиль руководства и каковы условия его применения?
15. Какие факторы должны учитываться при выборе элементов гибкого стиля руководства?

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.
2. Объясните, как и почему состав и особенности социального окружения влияют на успешность работы руководителя.
3. Подчеркните в приведенном ниже перечне факторов те, которые влияют на успешность работы руководителя:
рост руководителя, образование руководителя, темперамент и характер руководителя, национальность руководителя, эмоциональная устойчивость руководителя, направленность личности руководителя, возраст вышестоящего руководителя, задачи, стоящие перед коллективом, неформальная структура коллектива, знание руководителем неформальных лидеров коллектива.
4. Дайте развернутые ответы на следующие вопросы:

4.1. *Может ли быть успешным руководителем, у которого хорошие организаторские способности, но нет способностей к той деятельности, выполнением которой он руководит?*

4.2. *Как стать успешным руководителем?*

4.3. *Какие требования должность руководителя выдвигает к психическим процессам и состояниям человека?*

5. Как влияют на выбор стиля руководства следующие факторы

5.1. *Ситуация, в которой находится коллектив.*

5.2. *Задача, стоящая перед коллективом.*

5.3. *Особенности коллектива.*

6. Перечислите типичные ошибки в деятельности руководителя и сделайте по ним психологические пояснения.

Тема 14. Психологические барьеры и трудности делового общения

Контрольные вопросы

1. Назовите основные функции общения.
2. Какие виды общения имеют место в трудовом взаимодействии?
3. Что такое вербальные и невербальные средства общения?
4. На какие виды делится общение в зависимости от числа участников?
5. Назовите семь групп факторов, определяющих эффективность общения.
6. Назовите основные виды ошибок, возникающих в процессе общения.
7. Что такое «барьер отрицательных эмоций» в общении?
8. Что такое «барьеры речи» в общении?
9. В чем проявляется «барьер установки» при общении?
10. Что такое «барьер первого впечатления» при общении?
11. Назовите основные принципы взаимопонимания в общении.

Задачи

1. Составьте структурно-логическую схему темы.
2. Дайте развернутые ответы на следующие вопросы:
 - 2.1. *Как человек учится общению в процессе жизни? Какие факторы наиболее значимы при этом?*
 - 2.2. *Как связаны между собой барьеры и ошибки общения?*
 - 2.3. *Могут ли положительные эмоции препятствовать эффективной коммуникации?*
3. Охарактеризуйте содержание функций общения.
 - 3.1. *Информационная функция.*
 - 3.2. *Познавательная функция.*

3.3. *Побудительная функция.*

3.4. *Экспрессивная функция.*

4. Приведите собственные примеры ситуаций общения, в которых проявляется влияние следующих групп факторов:

4.1. *Особенности личности коммуникатора и реципиента.*

4.2. *Внутренние характеристики ситуации.*

4.3. *Внешние характеристики ситуации.*

4.4. *Групповые характеристики участников.*

4.5. *Исторические особенности ситуации.*

5. Объясните, почему в любой организации всегда присутствует не только деловое, но и межличностное общение.

6. Поясните, как проявляются в общении следующие психологические барьеры:

6.1. *Барьер речи.*

6.2. *Барьер установки.*

Тема 15. Конфликты в организациях и пути их разрешения

Контрольные вопросы

1. Что такое конфликт?
2. Как конфликты сказываются на функционировании организации?
3. Что такое «реалистические» и «нереалистические» конфликты?
4. На какие виды делятся конфликты в зависимости от характера участников?
5. Что такое «внутриличностный» конфликт, его основные формы и причины?
6. Назовите основные причины конфликтов в организациях.
7. Назовите основные функциональные последствия конфликтов для организации.
8. Назовите основные дисфункциональные последствия конфликтов для организации.
9. Что представляет собой стратегия «настойчивость» и в каких случаях она оправдана?
10. Что представляет собой стратегия «уклонение» и в каких случаях она оправдана?
11. Что представляет собой стратегия «уступчивость» и в каких случаях она оправдана?
12. Что представляет собой стратегия «компромисс» и в каких случаях она оправдана?
13. Что представляет собой стратегия «сотрудничество» и в каких случаях она оправдана?

14. Что такое «конфликтоген»?
15. Назовите и охарактеризуйте основные типы конфликтогенов?
16. Нарисуйте и объясните схему возникновения непреднамеренного конфликта.
17. Приведите основные рекомендации по предотвращению конфликтов.
18. Какими должны быть действия руководителя по разрешению конфликтов?
19. Что представляют собой организационно-структурные способы управления конфликтами?
20. Что представляют собой административно-силовые способы управления конфликтами?
21. Что представляют собой межличностные способы управления конфликтами?
22. Перечислите навыки, помогающие эффективно решать внутриличностные конфликты.

Задачи

1. Приведите собственные примеры, иллюстрирующие основные причины конфликтов в организациях.
 - 1.1. *Распределение ресурсов.*
 - 1.2. *Взаимозависимость задач.*
 - 1.3. *Различие в целях.*
 - 1.4. *Неудовлетворительные коммуникации.*
 - 1.5. *Различие в психологических особенностях.*

2. Вставьте пропущенные слова в нижеприведенные утверждения.
 - 2.1. *Конфликт – это при взаимодействии между двумя и более сторонами.*
 - 2.2. *Внутриличностный конфликт чаще всего принимает форму ... конфликта.*
 - 2.3. *Передача неполной или неточной информации часто является не только причиной конфликта, но и*

3. Назовите ситуации, в которых оправданы следующие стратегии поведения в конфликтах:
 - 3.1. *Настойчивость (принуждение).*
 - 3.2. *Уход (уклонение).*
 - 3.3. *Приспособление (уступчивость).*
 - 3.4. *Компромисс.*
 - 3.5. *Сотрудничество.*

4. Охарактеризуйте основные организационные способы управления конфликтами и приведите соответствующие примеры.

5. Составьте структурно-логическую схему темы.

Тема 16. Цели и задачи психологии профессиональной деятельности

Контрольные вопросы

1. Что такое психология профессиональной деятельности?
2. Чем обусловлено возникновение психологии профессиональной деятельности?
3. Дайте определение понятиям «предмет изучения» и «объект изучения».
4. Назовите объект изучения психологии профессиональной деятельности.
5. В чем заключается специфика психологического изучения человека?
6. В чем проявляется субъектность человека?
7. Что такое рефлексия?
8. Назовите предмет изучения психологии профессиональной деятельности.
9. Проанализируйте различия психологии профессиональной деятельности и психологии труда.
10. Каковы основные задачи психологии профессиональной деятельности?
11. Перечислите основные исследовательские задачи психологии профессиональной деятельности.
12. Дайте характеристику прикладных задач психологии профессиональной деятельности.
13. Какие отрасли психологии внесли наибольший вклад в развитие психологии профессиональной деятельности?
14. Какие отрасли психологии являются конкретизацией психологии профессиональной деятельности применительно к отдельным видам деятельности человека?
15. Какие непсихологические науки изучают трудовую деятельность?
16. Дайте определение понятию «деятельность».
17. Что такое труд с точки зрения психологии?
18. Какие значения слова «профессия» вы знаете?
19. Перечислите основные характеристики профессии.
20. Что такое квалификация?
21. Какие виды квалификации выделяют?
22. Что такое трудовой пост?
23. Охарактеризуйте основные составляющие трудового поста.
24. Чем отличаются вещественные и функциональные средства труда?
25. Какие виды вещественных средств труда вы знаете?
26. Опишите различные виды функциональных средств труда.
27. Какие общепсихологические методы исследования используются в психологии профессиональной деятельности?
28. Дайте характеристику хронометража как метода исследования.
29. С какой целью проводится психологический анализ трудовых движений?
30. Что такое циклография?
31. Охарактеризуйте профессиографию как метод изучения трудовой деятельности.

Тема 17. Профессиональная карьера

Одним из важнейших аспектов профессионального развития личности, а также ее самореализации является сознательное планирование карьеры. В отечественной психологии до недавнего времени понятие «карьера» практически не использовалось. Чаще употреблялись такие термины, как профессиональный жизненный путь, профессиональная деятельность, профессиональное самоопределение.

Итальянское слово «карьера» (*carriera*) в дословном переводе означает «бег, жизненный путь, поприще». Происходит оно от латинского *carrus* – телега, повозка. В толковых словарях русского языка, как правило, указывается два значения слова «карьера»:

– успешное продвижение в какой-либо деятельности; достижение известности, славы, видного положения в обществе и т. п. (именно такое значение отражено в выражениях «сделать карьеру», «блестящая карьера», «неудавшаяся карьера», «конец карьеры»);

– деятельность на каком-либо поприще, род занятий: артистическая карьера, политическая карьера и т. п.

В теории управления персоналом карьера – это результат осознанной позиции и поведения человека в области трудовой деятельности, связанный с должностным или профессиональным ростом. В социальной психологии и психологии профессиональной деятельности карьера рассматривается как индивидуальная последовательность установок и действий, которые связаны с активностью в сфере работы на протяжении человеческой жизни.

Карьеру – траекторию своего движения – человек строит сам, сообразуясь с особенностями внутри- и внеорганизационной реальности и, главное, со своими собственными целями, желаниями и установками. Выделяют несколько принципиальных траекторий движения человека в рамках профессии или организации, которые приведут к разным типам карьеры.

Профессиональная карьера – рост знаний, умений, навыков, профессионального мастерства. Профессиональная карьера может идти по линии специализации (углубление в одной, выбранной в начале профессионального пути линии движения) или транспрофессионализации (овладение другими областями человеческого опыта, связанное, скорее, с расширением инструментария и областей деятельности).

Внутриорганизационная карьера – связана с траекторией движения человека в организации. Она может идти по линии:

- вертикальной карьеры – должностной рост;
- горизонтальной карьеры – продвижение внутри организации, например работы в разных подразделениях одного уровня иерархии;
- центростремительной карьеры – продвижение к ядру организации, центру управления, все более глубокое включение в процессы принятия решений. Например, приглашение на недоступные для других совещания, встречи, выполнение отдельных поручений, доступ к некоторым источникам информации,

т. е. свой человек, приближенный к начальству, его доверенное лицо.

При *оценке успешности карьеры* можно использовать *объективный и субъективный* критерии:

- удовлетворенность жизненной ситуацией (субъективный критерий);
- социальный успех (объективный критерий).

То есть *объективная, внешняя, сторона карьеры* – это последовательность занимаемых индивидом профессиональных позиций, а *субъективная, внутренняя сторона* – это то, как человек воспринимает свою карьеру, каков образ его профессиональной жизни и собственной роли в ней.

Кроме того, к *оценке карьеры* человека можно подходить *с позиций окружения работника* (людей, которые судят о его карьере, исходя из собственных представлений) и *с позиций самого работника*, т. е. субъективно осознанного отношения работника к своему статусу, положению на иерархической служебной лестнице.

Выбор критериев оценки осуществляется исходя из ценностных ориентаций, жизненных целей и т. п. В частности, цели карьеры состоят в том, чтобы:

- профессия (вид деятельности) или занимаемая должность соответствовали самооценке и поэтому доставляли моральное удовлетворение;
- работа находилась в местности, природные условия которой благоприятно действуют на состояние здоровья и позволяют организовать хороший отдых;
- условия работы усиливали возможности человека и развивали их;
- работа носила творческий характер и позволяла достичь определенной независимости;
- труд хорошо оплачивался или была бы возможность получать большие побочные доходы;
- работа позволяла продолжать активное обучение, заниматься воспитанием детей и домашним хозяйством и др.

Важнейшей детерминантой профессионального пути человека является его представление о своей личности – так называемая профессиональная Я-концепция, которую каждый человек воплощает в серию карьерных решений. Профессиональные предпочтения и тип карьеры – это попытка ответить на вопрос «Кто я?». При этом очень часто человек реализует свои карьерные ориентации неосознанно.

Для любого человека характерны определенная личностная концепция, таланты, побуждения, мотивы и ценностные ориентации, которыми он не сможет поступиться, осуществляя выбор карьеры. *Ценностные ориентации* (система ценностей) – важный компонент мировоззрения личности или групповой идеологии, выражающий предпочтения и стремления личности или группы в отношении тех или иных человеческих ценностей (благополучие, здоровье, познание, гражданские свободы, труд и т. п.). Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет

основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации, основу «философии жизни».

Различают два класса ценностей: *терминальные* – убеждения в том, что какая-то конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться; и *инструментальные* – убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации. Это деление соответствует традиционному делению на ценности-цели и ценности-средства.

В процессе развития формируется определенная система ценностей, социальных установок и по отношению к работе и карьере, поэтому в профессиональном плане субъект деятельности рассматривается и описывается через систему его отношений, ценностных ориентаций, интересов и тому подобных социально обусловленных мотивов. В американской социальной психологии этому понятию соответствуют «*карьерные ориентации*» или «*якоря карьеры*». Карьерные ориентации возникают в процессе социализации на основе и в результате научения в начальные годы развития карьеры, они могут оставаться стабильными длительное время.

Типы карьерных ориентаций

1. *Профессиональная компетентность*. Эта ориентация связана с наличием способностей и талантов в определенной области (научные исследования, техническое проектирование, финансовый анализ и т. д.).

2. *Менеджмент*. В данном случае первостепенное значение имеют ориентация личности на интеграцию усилий других людей, полнота ответственности за конечный результат и соединение различных функций организации.

3. *Автономия (независимость)*. Первичная забота личности с такой ориентацией – освобождение от организационных правил, предписаний и ограничений. Ярко выражена потребность все делать по-своему: самому решать когда, над чем и сколько работать.

4. *Стабильность*. Эта карьерная ориентация обусловлена потребностью в безопасности и стабильности для того, чтобы будущие жизненные события были предсказуемы. Различают два типа стабильности – стабильность места работы и стабильность места жительства.

5. *Служение*. Основными ценностями при данной ориентации являются работа с людьми, служение человечеству, помощь людям, желание сделать мир лучше и т. д.

6. *Вызов*. Основные ценности при карьерной ориентации данного типа – конкуренция, победа над другими, преодоление препятствий, решение трудных задач. Человек ориентирован на то, чтобы бросать вызов.

7. *Интеграция стилей жизни*. Человек ориентирован на интеграцию различных сторон образа жизни. Он не хочет, чтобы в его жизни доминировала только семья или только карьера, или только саморазвитие.

8. *Предпринимательство*. Человек с такой карьерной ориентацией стремится создавать что-то новое, он хочет преодолевать препятствия, готов к риску. Он не желает работать на других, а хочет иметь свою марку, свое дело, свое финансовое богатство.

Контрольные вопросы

1. Что такое карьера?
2. Какие типы карьеры выделяют?
3. Назовите основные направления внутриорганизационной карьеры.
4. Какая карьера, на ваш взгляд, более важна: профессиональная или внутриорганизационная? Существует ли взаимосвязь между ними?
5. Какие существуют подходы к оценке карьеры?
6. Какие критерии оценки карьеры более важны: объективные или субъективные? Почему?
7. Что такое «карьерная ориентация»?
8. Что представляет собой система ценностей человека? С какими компонентами структуры личности она наиболее тесно связана?
9. Какие существуют критерии для классификации ценностных ориентаций?
10. Чем различаются терминальные и инструментальные ценности?
11. Какие карьерные ориентации вы знаете?
12. Что определяет тип и выраженность карьерных ориентаций?
13. Как вы думаете, желателен ли баланс различных видов карьерных ориентаций? Почему?
14. Как связаны карьерные ориентации и терминальные и инструментальные ценности?

Тема 18. Методы психологии профессиональной деятельности

Профессиография – это комплексный метод изучения и описания содержательных и структурных характеристик профессий в целях установления особенностей взаимоотношения субъекта труда с компонентами деятельности (ее содержанием, средствами, условиями, организацией) и ее функционального обеспечения. Профессиографический подход к изучению особенностей деятельности субъекта включает:

- 1) схемы изучения профессии;
- 2) комплекс методов изучения;
- 3) правила организации исследования.

Основным результатом профессиографии является составление профессиограммы – описательно-технологической характеристики различных видов профессиональной деятельности, сделанной по определенной схеме для решения задач профотбора, профориентации, совершенствования профессионального обучения или оптимизации режимов труда, инженерно-психологическое

проектирование. Иными словами, профессиограмма – это сводка знаний (социально-экономических, технологических, психофизиологических, психологических и т. п.) о профессии и организации труда.

Существующие профессиографические схемы многочисленны и разнообразны. Их содержание и структура зависят от целей изучения профессии, от ее особенностей, а также от теоретического фундамента исследования.

Тот факт, что все профессии обладают рядом общих особенностей, позволяет предложить единую схему, характеризующую цели, орудия труда, организацию и условия деятельности. Одна из таких схем была разработана Е. А. Климовым и его сотрудниками. Она успешно применяется для создания профориентационных опросников. В указанной схеме основными параметрами описания профессии являются цель, орудия и средства труда, степень проблемности трудовых ситуаций, социально-психологические параметры, эмоционально-волевые параметры.

В то же время каждую профессию или специальность можно представить как конструкцию, составленную из отдельных типовых элементов деятельности. Эта особенность была использована при создании модульного подхода профессиографии (по В. Е. Гаврилову). Психологический модуль профессии определяется как типовой элемент профессиональной деятельности, присущий ряду профессий и выделенный на основании общности психологических требований к человеку. Психологический модуль состоит из двух частей:

1) объективные характеристики типового элемента деятельности; при этом типовые элементы деятельности относятся к разным ее сторонам: к целям, условиям, орудиям, отдельным операциям;

2) психологические характеристики требований к человеку, предъявляемые этим элементом.

Например, модуль, связанный с измерением объектов деятельности без помощи инструментов, имеет такую структуру:

1) типовой элемент деятельности – «измерение объектов деятельности без помощи инструментов и приборов»;

2) психологическое требование к человеку – хорошо развитый глазомер.

Каждая профессия состоит из нескольких модулей, которые характеризуют ее с разных сторон. При этом число возможных модулей меньше, чем число всех профессий, поэтому целесообразнее (и экономичнее) изучать эти модули и уже из них составлять описание самих профессий. Таким образом, удобство модульного подхода, предложенного В. Е. Гавриловым, заключается в том, что с помощью нескольких десятков психологических модулей, выделенных на основе анализа психологической литературы, можно в короткий срок разработать пригодную для целей профориентации краткую психологическую характеристику любой из нескольких тысяч профессий.

П р а в и л а с о с т а в л е н и я м о д у л ь н о г о о п и с а н и я п р о ф е с с и и

После ознакомления с профессией сопоставить полученную информацию с описанием модулей. Затем следует выбрать из них такие, которые соответ-

ствуют данной профессии. При этом целесообразно руководствоваться следующими критериями.

1. Модуль должен иметь настолько важное значение, что его игнорирование приведет к невозможности качественного выполнения профессиональных задач.

2. Модуль (если он не отвечает первому критерию) должен достаточно часто и регулярно проявляться в процессе работы по данной профессии.

3. Модуль должен быть присущ большинству специальностей по данной профессии.

4. Модуль должен соответствовать программе обучения по данной профессии.

5. Модуль должен соответствовать инструкциям и правилам безопасности труда в данной профессии.

6. Модуль должен соответствовать перспективам развития данной профессии.

7. Модуль должен соответствовать требованиям средней квалификации работника данной профессии.

Психологическая характеристика профессии складывается из суммы модулей, присущих данной профессии. Практически каждая профессия предполагает от двух до пяти модулей. Если в процессе соотнесения модулей с профессией всем критериям соответствует лишь один модуль, можно несколько «смягчить» критерии выбора. И наоборот, если число модулей больше указанного, критерии следует ужесточить. В то же время надо отметить, что психологическая характеристика модуля может соответствовать не всем специальностям профессий, имеющих данный модуль, но обязательно большинству из них.

Контрольные вопросы

1. Что такое профессиография?
2. В чем заключается сущность профессиографического подхода к описанию профессиональной деятельности?
3. Что представляет собой профессиограмма?
4. Что такое психограмма?
5. Каковы основные цели составления профессиограмм?
6. Как различаются профессии по степени проблемности трудовых ситуаций?
7. Перечислите основные параметры описания профессии, лежащие в основе разработанной Е. А. Климовым профессиографической схемы.
8. Как можно классифицировать цели трудовой деятельности?
9. Раскройте специфику средств и орудий труда, используемых при выполнении различных видов трудовой деятельности.
10. Как различаются профессии по характеру ответственности?
11. Как различаются профессии по особенностям трудового взаимодействия?
12. Охарактеризуйте основные факторы, определяющие эмоционально-

волевые параметры описания профессиональной деятельности.

13. Что такое психологический модуль профессии?

14. Опишите виды выделенных В. Е. Гавриловым психологических модулей профессии.

15. Раскройте содержание правил составления модульного описания профессии.

16. Приведите пример психологических модулей, характеризующих особенности предмета труда.

17. Какие особенности орудий труда учитываются при составлении модульного описания профессии?

18. Психологические модули, характеризующие особенности целей труда.

19. Какая классификация условий труда применяется в модульном подходе?

20. Какие преимущества имеет модульный подход к психологическому описанию профессиональной деятельности?

21. Для каких целей подходит составленная из психологических модулей характеристика профессии?

Тема 19. Мотивация трудовой деятельности

Контрольные вопросы

1. Каково соотношение понятий «мотивация», «мотив» и «стимул»?

2. Что такое трудовая мотивация?

3. Какую роль играет мотивация в обеспечении эффективности профессиональной деятельности?

4. Опишите сильные и слабые стороны теории Маслоу и теории трудовой мотивации Алдерфера.

5. Проанализируйте двухфакторную теорию трудовой мотивации Герцберга.

6. Какие группы мотивов целенаправленной деятельности выделяют Д. Маккелланд и Д. Аткинсон?

7. В чем заключаются различия в поведении людей, ориентированных на достижение цели и ориентированных на избегание неудач?

8. В чем заключается различие в подходах к стимулированию людей, ориентированных на достижение успеха и на избегание неудачи?

9. Проанализируйте основные факторы мотивации трудового поведения, рассматриваемые в теории ожиданий.

10. Дайте характеристику теории справедливости Адамса.

11. В чем заключается подход к оптимизации мотивации труда с точки зрения теории постановки целей?

12. Охарактеризуйте модель подкрепляемой мотивации.

13. Что представляет собой внутренняя мотивация?

14. Каковы основные источники и способы формирования внутренней мотивации.

15. Что более значимо для повышения эффективности труда: увеличение силы мотивации или изменение характера мотивов трудовой деятельности человека?

16. Существует ли взаимосвязь между характером мотивации труда и
- квалификацией работника?
 - возрастом (не стажем)?
 - профессией?

Какие теории мотивации труда наилучшим образом описывают эти взаимосвязи?

17. Опишите взаимосвязь трудовой мотивации и удовлетворенности трудом.

18. Какие существуют подходы к оценке удовлетворенности трудом?

19. Назовите факторы, влияющие на удовлетворенность трудом.

20. Какую роль играет удовлетворенность трудом в обеспечении эффективности профессиональной деятельности?

Тема 20. Функциональные состояния в трудовой деятельности

Работоспособность – потенциальная возможность человека выполнять определенный объем работ в течение заданного времени с заданной интенсивностью. То есть это не просто способность выполнять ту или иную работу, а такой ее уровень, такой режим преодоления нагрузки, при котором организм работает с наибольшей эффективностью, экономией энергозатрат и отсутствием необратимых неблагоприятных последствий. В связи с этим необходимо дифференцировать работоспособность для отдельных видов труда и для определенной длительности его выполнения.

Под **умственной работоспособностью** понимается возможность выполнять определенный объем умственной (психической, нервной) работы, связанной с обработкой информации. Этот объем работы должен быть выполнен без снижения заданного (или установившегося на оптимальном для индивидуума) уровня функционирования организма. Фактическая умственная работоспособность характеризуется объемом целесообразной деятельности по переработке информации, выполняемой с определенной интенсивностью в течение заданного времени, при заданных критериях качества, на заданном уровне надежности. В связи с этим показателями умственной работоспособности считают продуктивность, точность, скорость выполнения тех или иных операций, помехоустойчивость и другие, сугубо информационные критерии.

Для различных типов умственного труда не может быть единых показателей работоспособности. С работами, требующими быстрой реакции, переработки большого объема информации, лучше справляются лица с сильной и подвижной нервной системой. При монотонных видах труда работоспособность выше у лиц с умеренной подвижностью и малой силой нервных процессов.

Утомление – это возникающее вследствие работы временное ухудшение функционального состояния организма человека, выражающееся в снижении работоспособности, в неспецифических изменениях физиологических функций и в ряде

субъективных ощущений, объединяющихся чувством усталости. Для расширения приведенного определения можно сделать ряд важных замечаний:

– утомление является обратимым процессом, обусловленным объективными причинами; функциональные сдвиги со стороны органов и систем при этом не носят какого-либо специфического характера;

– утомление возникает, как правило, в результате напряженной или длительной умственной (или физической) деятельности;

– утомление – одно из функциональных состояний, начальные признаки которого вызывают развитие тормозного состояния в коре головного мозга, биологически необходимого для предотвращения истощения организма;

– начало утомления является сигналом к прекращению работы и физиологическому восстановлению. Этот сигнал может быть заторможен волевым усилием человека. Однако это не снимает самого утомления, а лишь отдаляет его.

Утомление зависит от таких индивидуальных особенностей человека, как состояние здоровья, возраст, волевые черты характера, интерес к работе и желание работать. От такого рода индивидуальных особенностей зависит и то, как переживает человек утомление и как справляется с ним на разных его стадиях. Утомление является естественной физиологически обусловленной реакцией организма, имеющей важное биологическое значение: определенная степень утомления стимулирует восстановительные процессы, что способствует повышению тренированности организма и его работоспособности. Путем дозированной нагрузки соответствующих функциональных систем организма и создания условий полноценного отдыха можно достигнуть замедления развития утомления.

Выделяют три группы методов, с помощью которых можно оценить уровень работоспособности и утомления: физиологические методы, методы опроса и субъективного шкалирования и психометрические методы. Рассмотрим их более подробно.

Физиологические методы диагностики основаны на объективной оценке функционального состояния адаптивных и резервных возможностей человека в процессе его трудовой деятельности. Исследуются физиологические показатели до работы, в процессе ее и после, по которым можно судить о степени утомления.

С помощью физиологического тестирования можно оценить функции двигательного аппарата (сила, выносливость мышц, двигательная активность, регуляция движения и др.), а также функции внутренних органов (кровообращение и работа сердца, дыхание, газообмен, терморегуляция организма и его динамика при различных видах работы).

Наибольшее распространение при подборе физиологических функций для оценки состояния здоровья работающих получили изучение функций системы кровообращения, дыхания, а также двигательного аппарата.

Утомление влияет на функционирование системы кровообращения в процессе трудовой деятельности, что проявляется в изменении частоты сердечных сокращений и артериального давления.

Так, существует тесная связь между показателями частоты сокращения сердца и затратами энергии во время работы. При этом частота сокращения сердца характеризует не только мощность выполняемой физической работы. Напряженный нефизический труд также может сопровождаться довольно высокими показателями частоты сокращения сердца. Учащение в этих случаях обусловлено эмоциями, связанными с работой. Это ответственность за результат труда, неопределенность предстоящих действий, опасения за свое здоровье, здоровье других работников, непредсказуемость течения каких-либо процессов и т. д.

Частота сердечных сокращений в покое подсчитывается на лучевой артерии за 1 минуту в положении сидя после 5 минут спокойного отдыха. Чем реже пульс, тем эффективнее работа сердца. Сердце в покое сокращается 50–60 раз в минуту, обеспечивая оптимальное кровообращение, удлиняя паузу отдыха самой мышцы. Сердце уставшее, как правило, характеризуется повышенной частотой сокращений в покое. Для оценки качества сердечных сокращений приводятся следующие данные (табл. 1).

Таблица 1

Оценка состояния кровообращения по частоте сердечных сокращений

Качественная оценка состояния	Частота сердечных сокращений, ударов в минуту	
	Мужчины	Женщины
Отличное	58 и меньше	63 и меньше
Хорошее	59–67	64–72
Удовлетворительное	68–76	73–81
Плохое	77–84	82–89
Очень плохое	85–93	90–98
Критическое	94 и больше	99 и больше

Показатели артериального давления характеризуют состояние системы кровообращения и, в частности, общее периферическое сопротивление кровотоку. Артериальное давление измеряется на плечевой артерии в положении сидя после 5-минутного отдыха. У взрослых здоровых людей максимальное артериальное давление в покое составляет 105–120 мм рт. ст. Минимальное артериальное давление у взрослых людей в среднем равно 60–80 мм рт. ст. С возрастом эти показатели повышаются на 5–10 %. Пульсовое давление, или пульсовая разность, колеблется в пределах 35–50 мм. Различий в нормах артериального давления у мужчин и женщин нет (табл. 2).

Таблица 2

Оценка состояния системы кровообращения по показателям артериального давления, мм рт. ст. (в возрасте до 50 лет)

Качественная оценка	Верхняя граница	Нижняя граница
Отличное	120 / 80	115 / 70
Хорошее	125 / 80–85	110 / 75–80
Удовлетворительное	130 / 85–90	105 / 70–75
Плохое	135 / 90–95	100 / 70–75
Очень плохое	140 / 95–100	95 / 65–70
Критическое	145 / 100–105	90 / 60–65

Для оценки функционирования дыхательной системы можно использовать гипоксическую пробу (пробу Штанге). Гипоксическая проба заключается в произвольной задержке дыхания, которая выполняется в положении сидя без предшествующей гипервентиляции. Обследуемый делает глубокий вдох, слегка выдыхает и останавливает выдох на максимально возможное время. Данный метод в совокупности с артериальным давлением, измерением частоты сердечных сокращений и жизненного показателя легких несет определенную информацию о физическом состоянии человека (табл. 3). Способность человека к длительной задержке дыхания свидетельствует о наличии значительных резервов в организме, умении экономно расходовать внутренние запасы.

Таблица 3

Нормативная шкала оценок состояния человека по гипоксической пробе

Качественная оценка состояния	Задержка дыхания, с			
	Возраст			
	До 30 лет	31–40 лет	41–50 лет	51 год и старше
Отличное	65 и больше	62 и больше	60 и больше	55 и больше
Хорошее	56–64	54–61	50–59	48–54
Удовлетворительное	46–55	43–53	42–49	40–47
Плохое	40–45	38–42	37–41	36–39
Очень плохое	35–39	33–37	32–36	31–35
Критическое	34 и меньше	32 и меньше	31 и меньше	30 и меньше

Методы **опроса** и **субъективного шкалирования** (стандартизованного самоотчета) основаны на субъективной самооценке здоровья людей: их самочувствии, активности, настроении, утомлении, разных формах тревожности, переживаниях, стрессах и т. д. Выделенные симптомы входят в состав вопросника в виде развернутых формулировок, имеющих вопросную или утвердительную форму. Вместе с тем субъективные методы оценки позволяют получать одностороннюю информацию – оценку состояния с точки зрения самого человека. В силу этого достоверность субъективных методик должна подкрепляться объективными данными.

Психометрические методы диагностики включают использование тестовых испытаний, характеризующих эффективность различных психофизиологических процессов. Для этих целей широко используются методики, оценивающие эффективность процессов восприятия, внимания, памяти, мышления и т. д. К их числу относятся: корректурная проба, таблица Анфимова, метод непрерывного счета Крепелина, различные варианты теппинг-теста. При выборе психометрических методик, позволяющих определить работоспособность, требуется первоочередное внимание обратить на те из них, которые оценивают состояние анализаторов функций, несущих на себе наибольшую нагрузку. Например, при работе с электронно-вычислительными системами или за видеодисплейными терминалами максимальную нагрузку несут внимание, память, сенсомоторика.

В настоящее время при проведении диагностики утомления с помощью психометрических методов широко используются компьютеризированные батареи методик. Примером такого инструментария является компьютеризированный комплекс методик диагностики утомления «Integrator».

При **исследовании внимания** оценивают такие его параметры как концентрация, устойчивость, объем, распределение и переключаемость. Эти характеристики внимания играют важную роль в обеспечении эффективности трудовой деятельности человека, выполняющего работу сенсорного и сенсомоторного профиля.

Исследование концентрации и устойчивости внимания. Исследование концентрации и устойчивости внимания проводится с помощью методики «Перепутанных линий». Для этой цели применяется бланк, на котором нанесено двадцать пять перепутанных линий, начинающихся слева и заканчивающихся справа. С обеих сторон линии пронумерованы от 1 до 25. Задача обследуемого заключается в прослеживании пяти запутанных линий, номера начал которых указаны слева. Проследив ход линии, обследуемый проставляет справа номер, на котором линия заканчивается. Задание выполняется на протяжении двух минут. Подсчитывается количество правильно найденных линий.

Оценка осуществляется по следующей системе:

- пять правильно найденных линий – отлично;
- четыре правильно найденные линии – хорошо;
- три правильно найденных линии – удовлетворительно.

Оценка устойчивости внимания при помощи корректурной пробы (буквенные таблицы Анфимова). Обследуемый должен, просматривая каждую строчку таблицы слева направо, отмечать заданную компьютером определенную букву. Задание выполняется в максимально быстром темпе на протяжении одной минуты. Оценка результатов проводится по показателю интенсивности внимания, который представляет собой выраженное в процентах отношение количества правильно отмеченных букв к их общему числу.

Исследование концентрации и переключения внимания при помощи таблицы Шульте. Испытуемому предлагается таблица из двадцати пяти чисел (числа расставляются каждый раз в случайном порядке).

Необходимо при помощи «мыши» выделять:

- числа по возрастанию в последовательности 1, 2, 3, ... 24, 25;
- числа по убыванию в последовательности 25, 24, 23, ... 2, 1;
- числа – одно по возрастанию, одно по убыванию в последовательности 1, 25, 2, 24, 3, 23, ... 13.

В каждой модификации теста фиксируется время выполнения задания.

Исследование памяти

Исследование предусматривает оценку способности человека к удержанию в памяти определенного объема информации. В связи с этим рекомендует-ся исследовать оперативную память и кратковременную память.

Память на десять чисел. На 30 секунд выдается таблица с 10 двузначными числами (четными и нечетными). Затем таблица пропадает, и испытуемый должен в течение одной минуты ввести запомнившиеся числа.

Подсчитывается количество правильно введенных чисел. Время прохождения теста и количество чисел для запоминания может варьироваться.

Исследование сенсомоторной реакции

Для оценки сенсомоторной сферы может быть использована методика изучения зрительно-двигательной реакции на падающий предмет и методика «Измерение скорости реакции на световой сигнал».

Изучение зрительно-двигательной реакции на падающий предмет.

Зрительно-двигательная реакция на падающий предмет оценивается расстоянием, прошедшим падающим предметом (например линейкой) до его захвата. Процедура исследования: исследователь устанавливает линейку (40 – 50 см) с нулевой отметкой на уровне указательного и большого пальца вытянутой руки испытуемого (испытуемый стоит с вытянутой вперед на уровне плеча рукой). Испытуемый, увидев падающую линейку, должен ловить ее движением одной лишь кисти. Расстояние, которое преодолевает падающая линейка, будет характеризовать величину зрительно-двигательной реакции. Тест повторяется трижды. Фиксируется лучший результат. В табл. 4 приведена оценочная шкала, которая характеризует состояние испытуемого по данному тесту.

Таблица 4

Оценка двигательной реакции на падающий предмет

Качественная оценка состояния	Путь линейки до ее захвата			
	Возраст			
	До 30 лет	31–40 лет	41–50 лет	51 год и старше
Отличное	14 и меньше	15 и меньше	16 и меньше	17 и меньше
Хорошее	15–18	16–19	17–20	18–21
Удовлетворительное	19–22	20–23	21–24	22–25
Плохое	23–27	24–28	25–29	26–30
Очень плохое	28–32	29–33	30–34	31–35
Критическое	33 и >	34 и >	35 и >	36 и >

Измерение скорости реакции на световой сигнал. На экране поочередно появляются шары красного и зеленого цвета с интервалом 3 – 5 секунд (количество сигналов 12). Испытуемый должен максимально быстро отреагировать на сигнал нажатием левой кнопки «мыши» при появлении красного сигнала, правой кнопки «мыши» – зеленого.

Подсчитывается среднее время реакции на световой сигнал с момента его появления и до момента нажатия клавиши, причем без учета «крайних» значений времени реакции на сигнал.

Диагностику работоспособности также можно проводить на основе изучения **точности ручной моторики**, например, посредством **динамической тремографии**.

Динамическая тремография. На экране компьютера появляется кривая произвольной формы. Задача испытуемого при помощи «мыши» провести курсор по заданной кривой, не касаясь ее стенок за максимально короткое время. Регистрируется количество касаний стенок, время прохождения кривой и время нахождения курсора вне кривой.

Контрольные вопросы

1. Что такое функциональная система?
2. Охарактеризуйте понятие «функциональное состояние».
3. В чем проявляется регулируемость функциональных состояний?
4. Проведите классификацию функциональных состояний.
5. В чем заключаются различия состояния покоя и состояния оперативного покоя?
6. Какие факторы определяют возникновение и протекание функциональных состояний?
7. Что такое монотония?
8. Опишите физиологические проявления монотонии.
9. Как монотония влияет на протекание психических процессов?
10. Назовите основные причины возникновения монотонии.
11. Какие виды работ относятся к монотонным?
12. Опишите влияние монотонии на выполнение трудовой деятельности.
13. Что такое работоспособность?
14. Назовите стадии работоспособности.
15. Дайте характеристику стадии вработывания.
16. Дайте определение понятию «утомление».
17. Опишите динамику работоспособности в течение рабочего дня.
18. Назовите уровни регуляции работоспособности.
19. Перечислите физиологические проявления утомления.
20. Как утомление влияет на протекание психических процессов?
21. В чем заключается положительное значение утомления?
22. Почему в процессе работы возникает утомление?

23. Что такое переутомление?
24. Опишите причины возникновения переутомления.
25. В чем заключается специфика умственной работоспособности?
26. Перечислите основные показатели умственной работоспособности.
27. От чего зависит степень утомления?
28. Назовите критерии оценки работоспособности и утомления.
29. Какие группы методов применяют при диагностике утомления и работоспособности?
30. Укажите преимущества и недостатки различных групп методов диагностики работоспособности.
31. Какие физиологические функции изучаются при диагностике уровня работоспособности?
32. Как оценить работу сердечно-сосудистой системы?
33. Какие методы изучения дыхательной системы используются при диагностике работоспособности?
34. Какие психические процессы наиболее подвержены утомлению?
35. Какие методики позволяют оценить изменение параметров внимания при утомлении?
36. Охарактеризуйте методики диагностики сенсомоторной сферы работающего человека.
37. Какие виды памяти наиболее быстро реагируют на утомление?
38. Опишите методики диагностики утомления на основе изучения памяти человека.
39. С какой целью исследуется динамика работоспособности?
40. Перечислите методы повышения работоспособности.
41. В чем заключается механизм активного отдыха?
42. Назовите основные параметры оптимизации условий труда.
43. Охарактеризуйте направления работы по оптимизации и индивидуализации режимов труда.

Тема 21. Профессиональное самоопределение

Контрольные вопросы

1. Что такое ведущий вид деятельности?
2. Какие ведущие виды деятельности вы знаете?
3. Какой вид деятельности является ведущим в период взрослости?
4. Дайте характеристику периодизации профессионального развития личности Д. Сьюпера.
5. Проанализируйте выделенные А. К. Марковой уровни профессионализма.
6. Приведите примеры проявлений различных уровней профессионализма специалистов в сфере информационных технологий.
7. Назовите специфические особенности разных этапов освоения профессии.

8. Какие типы кризисов выделяют в психологии профессиональной деятельности?

9. Как связаны нормативные кризисы и этапы профессионального развития?

10. Охарактеризуйте различные кризисы профессионального развития личности.

11. Назовите конструктивные и деструктивные варианты разрешения:

– кризиса учебно-профессиональной ориентации;

– кризиса профессионального выбора;

– кризиса профессиональных ожиданий;

– кризиса профессионального роста;

– кризиса профессиональной карьеры;

– кризиса социально-психологической самоактуализации;

– кризиса утраты профессиональной деятельности;

– кризиса социально-психологической адекватности.

12. Что такое профессиональная деструкция?

13. Назовите основные тенденции формирования профессиональных деструкций.

14. Перечислите основные причины развития профессиональных деструкций.

15. Укажите психологические детерминанты профессиональных деструкций.

16. Каковы основные пути профилактики и коррекции профессиональных деструкций?

17. Что такое адаптация?

18. Приведите примеры биологической адаптации.

19. Чем отличается биологическая адаптация животных и человека?

20. Опишите психологический аспект адаптации.

21. Назовите проявления социально-психологической адаптации.

22. Охарактеризуйте роль психики в обеспечении адаптации человека к условиям природной и социальной среды.

23. Что может стать причиной социально-психологической дезадаптации?

24. Что такое профессиональная адаптация?

25. Перечислите основные компоненты профессиональной адаптации.

26. По каким критериям можно судить о профессиональной адаптации?

27. В каком случае можно говорить о наличии профессиональной адаптации?

28. Что может служить фактором риска формирования профессиональной дезадаптации?

29. Охарактеризуйте основные пути и методы профессиональной адаптации.

30. Что такое индивидуальный стиль деятельности?

31. Назовите параметры оценки индивидуального стиля деятельности.

32. Прокомментируйте поговорку «Мастер мастеру не указ» с точки зрения психологии профессиональной деятельности.

33. В чем заключается сущность профессионального самоопределения?
34. В каком возрасте человек осуществляет профессиональное самоопределение?
35. Опишите специфику профессионального самоопределения в различные периоды развития человека.
36. Как связаны профессиональное и личностное самоопределение?
37. Какие уровни профессионального самоопределения вы знаете? Приведите примеры.
38. Назовите критерии успешного выбора профессии.
39. Проведите сравнительный анализ разных вариантов направленности выбора профессии.
40. Перечислите наиболее распространенные ошибки выбора профессии.
41. Что такое профессиональная ориентация?
42. Каковы ведущие формы профессиональной ориентации?
43. Как осуществляется профессиональное просвещение?
44. Обоснуйте необходимость профессиональной пропаганды.
45. Назовите основные функции профессиональной консультации, проводимой при выборе профессии.
46. Опишите выделенные Дж. Холландом основные сферы деятельности и соответствующие им типы личности.

Тема 22. Профессиональный отбор

Контрольные вопросы

1. Что такое профессиональная пригодность?
2. Обоснуйте целесообразность оценки профессиональной пригодности.
3. Чем отличаются профессии первого и второго типа?
4. Опишите различия профессиональной пригодности первого и второго типа.
5. Назовите основные факторы, затрудняющие создание программы обучения профессиям первого типа.
6. В чем заключаются различия в обучаемости профессиям первого и второго типа?
7. Охарактеризуйте основные составляющие профессиональной пригодности.
8. Какие критерии оценки успешности трудовой деятельности вы знаете?
9. Обоснуйте значимость социально-психологических факторов оценки профессиональной пригодности.
10. В чем заключается системный подход к оценке и формированию профессиональной пригодности?
11. По каким признакам можно судить о степени профессиональной пригодности человека к определенной деятельности?
12. Дайте развернутую характеристику роли деятельности в формировании профессиональной пригодности.

13. Опишите основные этапы формирования профессиональной пригодности.
14. Что такое профотбор?
15. Каковы цели проведения профотбора?
16. Чем обусловлена необходимость профотбора?
17. Какие виды профотбора вы знаете?
18. Назовите этапы создания эффективной системы профотбора.
19. Что представляет собой деловая оценка персонала?
20. Каковы основные цели деловой оценки персонала?
21. Охарактеризуйте этапы проведения аттестации сотрудников организации.

Тема 23. Здоровье и безопасность субъекта труда

Контрольные вопросы

1. Проанализируйте определение здоровья, сформулированное Всемирной организацией здравоохранения.
2. Каковы уровни проявления здоровья человека?
3. Дайте характеристику биологического уровня здоровья?
4. Каковы основные критерии психического здоровья?
5. В чем заключается специфика социального здоровья человека?
6. Опишите структуру отношения к здоровью.
7. Дайте характеристику когнитивных составляющих благоприятного отношения к здоровью.
8. Каковы эмоциональные компоненты благоприятного отношения к здоровью?
9. Укажите модели поведения, связанные с благоприятным отношением к здоровью?
10. Опишите проявления отношения к здоровью в различных сферах жизнедеятельности человека (питание, сон, трудовая деятельность и т. п.).
11. Перечислите наиболее уязвимые составляющие отношения студентов к своему здоровью.
12. Как можно оптимизировать когнитивные компоненты отношения человека к здоровью? Эмоциональные? Поведенческие?
13. Раскройте содержание понятия «безопасность труда».
14. Сравните роль различных причин в формировании риска производственного травматизма.
15. Проведите дифференциацию понятий «личностный фактор» и «человеческий фактор».
16. Какие виды неправильных действий вы знаете?
17. Раскройте содержание концепции предрасположенности к несчастным случаям.
18. Охарактеризуйте основные причины неправильных действий по К. К. Платонову.

19. Каковы основные группы факторов, обуславливающих способность человека противодействовать опасности в труде

20. Назовите факторы, временно повышающие подверженность человека опасности несчастных случаев на производстве.

21. Перечислите факторы, устойчиво повышающие подверженность человека опасности несчастных случаев на производстве.

22. Опишите направления работы по повышению надежности и безопасности субъекта труда.

Тема 24. Введение в педагогику

Контрольные вопросы

1. Какие вопросы исследует и разрабатывает педагогика?

2. Что является предметом педагогики?

3. Что является объектом познания в педагогике?

4. Дайте обоснование причин, указывающих на необходимость педагогического знания для развития общества.

5. Почему педагогику рассматривают как науку и искусство?

6. Назовите основные задачи педагогики.

7. Дайте определение и раскройте содержание педагогической категории «образование».

8. Дайте определение и раскройте содержание педагогической категории «обучение».

9. Что такое «самовоспитание» и «самообразование» и их роль в процессе развития человека?

10. Что представляет собой первый период развития педагогики как науки (педагогические знания донаучного периода)?

11. Приведите примеры педагогических идей народной педагогики, зафиксированных в фольклоре: пословицах, поговорках, сказках, песнях и т.д.

12. Что представляла собой педагогика античного периода?

13. Назовите основные тенденции, характеризующие педагогические воззрения эпохи средневековья.

14. Что представляла собой педагогика эпохи Возрождения?

15. Когда педагогика была выделена в самостоятельную науку?

16. Какова роль в развитии педагогики Я. А. Коменского?

17. Кто является основоположником научной педагогики в России и каковы его заслуги?

18. Как развивались педагогические идеи в Беларуси и России?

19. Дайте характеристику этапа становления и развития современной педагогики (идеи, тенденции, виднейшие ученые).

20. Перечислите основные парадигмы современной зарубежной педагогики и дайте им характеристику.

21. Что представляет собой система образования современного общества (Республики Беларусь)?

22. Охарактеризуйте современное состояние системы образования и перечислите его новейшие концепции.

23. Дайте характеристику основным функциям педагогики.

Задачи

Задача 1. Укажите, в каком соотношении находятся указанные пары понятий.

1. а) педагогика – б) психология;
2. а) образование – б) обучение;
3. а) воспитание – б) самовоспитание;
4. а) педагогика – б) метод обучения;
5. а) педагогика – б) направление воспитания.

Задача 2. Вставьте пропущенные слова в следующие утверждения.

1. *Объект познания в педагогике – ..., развивающийся в результате ... отношений.*
2. *Развитие каждого человека обеспечивается через*
3. *Развитие организма в целом, отдельных мышц и т. п. – это ... развитие.*
4. *Развитие эмоций, интеллекта, характера, способностей и т. п. – это ... развитие.*
5. *Развитие человека как члена общества – это ... развитие.*
6. *Процесс усвоения человеком опыта предшествующих поколений посредством собственных внутренних факторов – это*
7. *Процесс обучения включает в себя две части: ... и*
8. *Главная цель педагогического процесса – способствовать развитию личности, утверждает ... парадигма.*
9. *Развитие человека определяет ..., ... и ... факторы.*
10. *Воспитание – это целенаправленное развитие личности на основе формирования: ..., ... и*

Задача 3. Дополните предложения.

1. *Идеальное представление о конечном результате обучения называется*
2. *Документ, который задает состав предметных знаний и уровень их предъявления учащимся, называется*
3. *Автором «Педагогической поэмы» является*

Задача 4. Установите соответствие.

1. Воспитание	а) систематизированные и определенным образом упорядоченные продукты педагогической деятельности
2. Развитие личности	б) особый вид социально-значимой деятельности взрослых, сознательно направленной на воспитание и обучение детей
3. Источники педагогики	в) наука о воспитании и обучении подрастающих поколений
4. Народная педагогика	г) процесс и результат передачи и присвоения человеком системы знаний, умений и навыков, опыта творческой деятельности, отношений
5. Педагогическая деятельность	д) специально организованное и целенаправленное взаимодействие педагогов и обучаемых по усвоению знаний, умений и навыков, развитию способностей обучаемых и формированию их мировоззрения
6. Педагогика	е) внутреннее содержание воспитания, постоянный процесс количественных и качественных изменений в различных сферах жизнедеятельности человека
7. Образование	ж) объективно-закономерное социальное явление, обеспечивающее преемственность поколений людей
8. Обучение	з) передаваемая из поколения в поколение совокупность добытых опытным путем знаний и приемов воспитания и обучения людей

Задача 5. Охарактеризуйте роль образования в формировании основных личностных характеристик будущего инженера:

- системы жизненных ценностей;
- профессиональных интересов, идеалов;
- владения умениями, позволяющими стать «человеком успеха».

Тема 25. Дидактика

Контрольные вопросы

1. Что такое «дидактика» и как она связана с педагогикой?
2. Назовите основные понятия дидактики и дайте им характеристику.
3. Что такое процесс обучения?
4. На какой методологической основе строится процесс обучения?
5. Что является движущими силами процесса обучения?
6. Назовите и охарактеризуйте основные функции процесса обучения.

7. Нарисуйте структуру процесса обучения и дайте определение содержанию ее основных компонентов.

8. Какова должна быть цель обучения в вузе?

9. Согласны ли вы с утверждением, что развитие общества обеспечивается за счет опережающей функции образования? Подтвердите свое мнение аргументами.

10. Назовите основные закономерности процесса обучения.

11. В чем состоит специфика процесса обучения?

12. Какие звенья (этапы) включает в себя процесс обучения?

13. Что такое принцип обучения?

14. Назовите основные принципы обучения.

15. Что такое метод обучения?

16. Какие функции выполняют методы обучения?

17. Как связаны между собой методы и приемы обучения?

18. Назовите основные словесные методы обучения и дайте им характеристику.

19. Назовите основные наглядные методы обучения и дайте им характеристику.

20. Назовите основные практические методы обучения и дайте им характеристику.

21. Для чего проводится контроль успешности обучения?

22. Какие требования предъявляются к контролю знаний?

23. Назовите и охарактеризуйте виды контроля знаний.

24. Какие функции выполняет контроль успешности обучения?

25. Назовите и охарактеризуйте основные методы контроля знаний, умений, навыков.

26. Что такое форма обучения? Назовите основные формы обучения и дайте им характеристику.

Задачи

Задача 1. Укажите, в каком соотношении находятся указанные пары понятий.

1. а) педагогика – б) дидактика;

2. а) обучение – б) воспитание;

3. а) обучение – б) контроль;

4. а) обучение – б) учение;

5. а) обучение – б) образование;

6. а) методы обучения – б) приемы обучения.

Задача 2. Продолжите следующие высказывания.

1. Движущими силами процесса обучения являются

2. Структура процесса обучения состоит из следующих элементов

3. Процесс обучения обеспечивает выполнение следующих функций: 1) ..., 2) ..., 3)

4. В процессе обучения в вузах используют следующие типы лекций: 1) ..., 2) ..., 3)

5. В зависимости от места контроля в учебном процессе выделяют: 1) ..., 2) ... и 3) ... контроль.

6. При классификации методов обучения по этапам (или стадиям) учебного процесса выделяют 1) ..., 2) ..., 3) ..., 4) ..., 5)

7. В основе чувственного познания лежат первичные познавательные процессы: и

8. Уровень абстрактного мышления предполагает последовательное осуществление таких мыслительных операций, как и

9. Необходимыми структурными компонентами процесса усвоения являются взаимосвязанные

Задача 3. Вставьте пропущенные слова.

1. Метод – это способ взаимосвязанный деятельности учителя и

2. Субъектами процесса обучения выступают ... и

3. Структура процесса обучения включает в себя следующие компоненты:

а) цель обучения

б) ... ;

в) ... ;

г) содержание обучения;

д) ... ;

е) организационные формы обучения;

ж) ... ;

з)

4. Структура процесса усвоения знаний и способов деятельности включает в себя следующие этапы:

а) восприятие;

б) ... ;

в) осмысление;

г) ... ;

д) закрепление;

е)

Задача 4. Из перечисленных ниже утверждений выберите методы обучения. В каких случаях они могут выполнять роль приема обучения?

Рассказ; самостоятельная работа с книгой; сбор и обобщение передового педагогического опыта; дискуссия; анализ литературных источников; взаимное обучение; упражнение; самостоятельная познавательная деятельность; индукция; инструктаж; аналогия; поиск; классификация; контроль; систематизация; урок; биографический метод; объяснительно-иллюстративное обучение; лабораторный метод; беседа; чтение учебника; школьная лекция;

эстетическое воспитание; консультация; естественный эксперимент; наблюдение; соревнование; диспут.

Задача 5. Из перечисленных понятий выберите те, которые являются дидактическими.

Культура; образование; мотивация; умение; преемственность; воспитательная работа; управление; наказание; дошкольное воспитание; цель обучения; знания; дополнительные формы организации обучения; классный час; обучение; культура общения; игра; методическая работа; принцип обучения; школоведение; закономерность обучения; гимназия; социальная ситуация развития; зрение; апперцепция; детский воспитательный коллектив; методы обучения; технология обучения; содержание образования; классно-урочная система; философия образования; иностранный язык; навык; народность воспитания.

Задача 6. Из предложенных понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим.

- 1. Процесс обучения, дидактика, педагогика, метод обучения, лекция.*
- 2. Воспитание, педагогика, самовоспитание, положительный пример, направление воспитания, метод воспитания.*

Задача 7. Укажите, какие из представленных ниже описаний и тезисов относятся к теории материального образования, а какие – к теории формального образования.

- 1. Существовала в России и в странах Западной Европы в XVIII–XIX веках.*
- 2. Многознание уму не научает.*
- 3. Пустая голова не мыслит.*
- 4. Предполагала развитие ума, способностей и познавательных интересов человека, оторванность образования от жизни и практической деятельности.*
- 5. Приоритет в преподавании отдавался математике, древним (мертвым) языкам, гуманитарным дисциплинам.*
- 6. Появилась в Западной Европе в XVIII веке, существовала в США в XIX–XX веках.*
- 7. Предполагала передачу и усвоение большого объема знаний, использование образования в жизни и практической деятельности.*
- 8. Приоритет в преподавании отдавался прикладным и естественно-научным дисциплинам.*

Задача 8. Установите соответствие.

1. Принцип обучения	а) раздел педагогики, изучающий сущность, структуру и содержание процесса обучения
2. Метод обучения	б) внешняя сторона учебного процесса; определяет, в каком виде и реальных условиях можно организовать обучение
3. Форма обучения	в) руководящее нормативное положение, относящееся ко всему учебному процессу в целом и позволяющее обеспечить его эффективность
4. Система организации обучения	г) способ упорядоченной совместной деятельности преподавателя и обучаемого, направленный на решение задач обучения (дидактических задач)
5. Средства обучения	д) совокупность форм обучения
6. Дидактика	е) материальные и идеальные объекты, которые служат источником получения знаний, формирования умений, опыта деятельности

Тема 26. Педагогика как теория воспитания

Контрольные вопросы

1. Чем различается содержание понятия «воспитание» при его использовании в широком смысле и в узком значении?
2. Дайте определение и прокомментируйте содержание педагогической категории «развитие».
3. Дайте определение и раскройте содержание педагогической категории «воспитание».
4. Как связаны между собой процессы развития и воспитания человека?
5. Нарисуйте схему факторов, определяющих развитие личности.
6. Используя схему факторов, определяющих развитие личности, покажите место и роль образования и воспитания в данном процессе.
7. Назовите и прокомментируйте особенности процесса воспитания.
8. Перечислите основные различия обучения и воспитания:
 - по времени протекания;
 - по времени достижения результата;
 - по предмету воздействия;
 - по содержанию;
 - по методам и формам достижения цели.
9. Как связаны между собой в структуре процесса воспитания: а) общество; б) цели, задачи и содержание воспитания; в) воспитатель; г) воспитуемый; д) знания, умения, навыки, убеждения, отношения; е) поведение.
10. Назовите и поясните основные задачи процесса воспитания.

11. Каковы, на ваш взгляд, основные задачи воспитания в дошкольном, младшем школьном, подростковом и юношеском возрасте?

12. Охарактеризуйте специфику целей и содержания различных направлений воспитания.

13. Назовите основные закономерности воспитания и приведите примеры их проявления.

14. Сформулируйте четыре закономерности процесса воспитания, которые, по вашему мнению, являются наиболее важными.

15. Назовите основные принципы воспитания и обоснуйте необходимость им следовать.

16. Назовите и охарактеризуйте методы воспитания, относящиеся к методам формирования сознания.

17. Назовите методы воспитания, входящие в группу методов организации и формирования опыта общественного поведения, и дайте им характеристику.

18. Перечислите и охарактеризуйте методы воспитания, входящие в группу методов стимулирования деятельности и поведения.

19. Почему воспитание обеспечивается применением совокупности методов?

20. Назовите условия, при которых метод поощрения действенен.

21. Почему воспитательные воздействия могут быть неэффективными.

22. Какие методы и формы воспитания наиболее эффективны при организации воздействия на студентов?

Задачи

Задача 1. В каком соотношении находятся следующие пары понятий?

1. а) *воспитание* – б) *развитие*;
2. а) *воспитание* – б) *социализация*;
3. а) *обучение* – б) *воспитание*;
4. а) *воспитание* – б) *образование*;
5. а) *метод воспитания* – б) *форма воспитания*.

Задача 2. Вставьте пропущенные слова.

1. *Воспитание носит ... характер, т. е. каждая эпоха создает свой идеал, цели и методы воспитания.*

2. *Процесс воспитания – это ... процесс взаимного активного воздействия при руководящей и направляющей роли воспитателя.*

3. *Воспитание осуществляется двумя универсальными путями: средствами ... и включения человека в различные*

4. *... фактор включает в себе наследуемые биологические особенности человека и особенности естественной (природной, географической) среды его существования.*

5. *... фактор – особенности социального окружения (социальной микро- и макросреды), а также продуктов материальной и духовной культуры.*

6. Движущими силами процесса воспитания являются ..., которые могут быть внутренними либо внешними. Внутренними являются противоречия между ... личности воспитуемого и его ..., между потребностями и способами их удовлетворения и др., внешними – противоречия между требованиями социальной микро- и макросреды и ... самой личности.

7. ... формы работы характеризуются эпизодичностью проведения воспитательных мероприятий и значительным количеством их участников.

8. ... формы отличаются продолжительностью и постоянством в определенной группе.

9. ... воспитательная работа предполагает самостоятельную работу воспитуемого над собой под руководством воспитателя, постепенно переходящую в самовоспитание.

Задача 3. Выделяют несколько основных видов воспитания. К каким видам воспитания относятся следующие определения/описания:

1. Предусматривает развитие у воспитуемых устойчивых моральных качеств, потребностей на основе усвоения норм и принципов общественной морали; развитие чувства патриотизма; формирование активной жизненной позиции; привитие заинтересованности в конечных результатах труда и т. д.

2. Характеризуется развитием интеллекта человека, способности к мышлению и учебно-познавательной деятельности.

3. Этот вид воспитания решает две группы задач, первая связана с формированием трудовых умений и навыков, а вторая – с выработкой нравственных, эстетических и других компонентов сознания, способствующих пониманию общественной и личной необходимости качественной учебной работы как важнейшего условия развития профессиональных способностей.

4. Средствами этого вида воспитания являются природа, искусство, окружающая действительность, духовные идеалы и культура.

5. Способствует укреплению здоровья, повышению продуктивности учебной работы обучающихся, формирует элементы той культуры, которая, будучи результатом комплексного воздействия биологических, экологических, медицинских и психо-эмоциональных факторов, служит показателем физического, психического и социального благополучия человека.

6. Предусматривает формирование у студентов правильного отношения к проблемам окружающей среды, бережного отношения к природе, заботы о природных богатствах, их сохранения и приумножения.

7. Этот вид воспитания прививает уважение к правилам общежития, непримиримость к любым нарушениям законности, готовность участвовать в обеспечении правопорядка.

8. Способствует формированию современного понимания процессов общественного развития, понимания роли труда и своего места в трудовом процессе; воспитание бережного отношения к государственной собственности; выработка умений, которые дадут возможность принимать активное участие в экономической деятельности.

Задача 4. Выделяют несколько основных механизмов воздействия в воспитании. Назовите их в соответствии со следующими определениями:

- 1) *воздействие воспитателя на сознание воспитуемых путем снижения сознательности и критичности при восприятии и реализации внушаемого содержания;*
- 2) *сознательное или бессознательное воспроизведение воспитуемыми опыта воспитателя;*
- 3) *логически аргументированное воздействие воспитателя на рациональную сферу сознания воспитуемых;*
- 4) *бессознательная подверженность воспитуемых эмоциональному воздействию воспитателя.*

Тема 27. Семейное воспитание

Контрольные вопросы

1. Что такое семья?
2. Охарактеризуйте основные функции семьи.
3. Дайте определение семейному воспитанию.
4. Назовите основные задачи семьи в рамках семейного воспитания.
5. Какие направления воспитания входят в содержание семейного воспитания.
6. Назовите и прокомментируйте принципы семейного воспитания.
7. Сформулируйте наиболее важные, по вашему мнению, условия воспитания детей в семье.
8. Какие методы наиболее эффективны в семейном воспитании?
9. Почему воспитание обеспечивается применением совокупности методов?
10. Почему физическое наказание недопустимо в семейном воспитании?
11. Что характерно для оптимального варианта отношений родителей и детей?
12. Чем обусловлены неудачи в семейном воспитании?

Задачи

Задача 1. Вставьте пропущенные слова.

1. *Особое значение для семейного воспитания имеет любовь к ребенку, однако, она должна быть не любой, а ... целесообразной.*
2. *Целью семейного воспитания является, необходимых для того, чтобы достойно преодолеть преграды и трудности, встречающиеся на жизненном пути.*
3. *Одним из самых недопустимых методов семейного воспитания является метод, когда на детей воздействуют с помощью страха.*

Задача 2. Выделяют несколько типов неправильного воспитания детей в семье. Назовите их в соответствии со следующими определениями.

1. *Когда ребенок находится под постоянным надзором, слышит от родителей запреты и приказания, в результате чего может стать нерешительным, безынициативным, боязливым.*

2. *Когда ребенок чувствует, что родители его не любят, тяготятся им. Он растет в обстановке эмоциональной отверженности, безразличия, холодности. В результате у ребенка может развиться невроз, чрезмерная чувствительность к невзгодам или озлобленность.*

3. *Когда ребенок привыкает быть в центре внимания, им все время восхищаются, потакают любым его желаниям и просьбам, в результате он не может правильно оценить свои возможности, преодолеть свой эгоцентризм.*

4. *Когда родители слишком заняты своими делами и не уделяют необходимого внимания детям, в результате те предоставлены сами себе и часто попадают под влияние «уличных» компаний.*

5. *Когда ребенку внушается мысль, что он обязательно должен оправдать честолюбивые ожидания родителей, или когда на него возлагаются непосильные недетские заботы. В результате у детей появляются навязчивые страхи, постоянное чувство тревоги.*

6. *Когда ребенка наказывают за малейшую провинность, и он растет в постоянном страхе. В результате он может стать черствым, жестким, изворотливым или агрессивным.*

Задача 3. Проведите анализ ситуаций семейного взаимодействия по следующему плану:

1. *Какие проблемы наблюдаются в детско-родительских отношениях?*

2. *В чем, на ваш взгляд, причины этих проблем?*

3. *Какие действия могут предпринять родители для улучшения взаимоотношений с детьми?*

Учебное издание

Шупейко Игорь Георгиевич

Борбот Алина Юрьевна

Общая психология и педагогика

ПОСОБИЕ

Редактор *Е. Н. Батурчик*

Корректор *А. В. Бас*

Подписано в печать 19.06.2012. Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная. Гарнитура «Таймс».
Отпечатано на ризографе. Усл. печ. л. 4,07. Уч.-изд. л. 4,0. Тираж 100 экз. Заказ 756.

Издатель и полиграфическое исполнение: учреждение образования
«Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»
ЛИ №02330/0494371 от 16.03.2009. ЛП №02330/0494175 от 03.04.2009.
220013, Минск, П. Бровки, 6