

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

**Березин С.В.  
Серебрякова М.Е.**

**ОЛИМПИАДА ПО ПСИХОЛОГИИ**  
*(практикум по психологии)*

*пособие для абитуриентов, поступающих  
на психологический факультет*

Самара  
Издательство «Универс-групп»  
2006

*Печатается по решению Редакционно-издательского совета  
Самарского государственного университета*

УДК 159  
ББК 88.8  
Б 48

**Рецензент** Лисецкий К.С. – к.п.н., доцент кафедры общей психологии и психологии развития СамГУ

**Ответственный редактор** Самыкина Н.Ю. – к.п.н., ст. преподаватель кафедры социальной психологии СамГУ

**Березин, С.В., Серебрякова М.Е.**

Б 48 Олимпиада по психологии (практикум по психологии) : пособие для абитуриентов, поступающих на психологический факультет. – Самара : Изд-во «Универс-групп», 2006. – 56 с.

ISBN 5-467-00069-1

Пособие для абитуриентов включает в себя авторские тестовые задания, предназначенные для самостоятельной подготовки школьников к олимпиаде по психологии.

Пособие предназначено для абитуриентов, поступающих на психологический факультет, а также для преподавателей психологии в общеобразовательных школах.

УДК 159  
ББК 88.8

ISBN 5-467-00069-1

© Березин С.В., Серебрякова М.Е., 2006

## Введение

Начиная с 90-х годов прошлого века практически во всех слоях российского общества, а также во многих сферах профессиональной деятельности людей наблюдается существенный рост интереса к возможностям психологии. Причины, побуждающие людей в той или иной форме интересоваться психологией, весьма различны: стремление получить профессию психолога, желание разобраться в себе и лучше понимать других людей, поиск дополнительных ресурсов в профессиональной деятельности, осознание необходимости изменить что-то в своей жизни и многое другое. Важно, что люди начинают осознавать возможность и необходимость получения профессиональной психологической помощи для преодоления возникающих в их жизни проблем. Повышается психологическая культура населения и одновременно с этим растет культура потребления психологических знаний. Закономерным откликом на социальный запрос на работу практического психолога и все возрастающее число пользователей психологических знаний стало появление в вузах страны факультетов психологии. В 1993 году факультет психологии появился и в Самарском государственном университете. Его первым деканом и идейным вдохновителем был выдающийся педагог и организатор науки Николай Михайлович Магомедов. Именно его представления о путях развития психологии и особенностях профессионального становления психолога во многом определили лицо факультета. Среди наших выпускников немало интересных и перспективных исследователей и ученых. И все же, подготовка психологов на нашем факультете ориентирована, прежде всего, на практику, на подготовку специалистов, способных решать разнообразные практические задачи, а значит, способных непрерывно развиваться в соответствии с новыми запросами времени. Поэтому, все, что делается преподавателями и студентами на факультете, направлено не только на усвоение будущими психологами научных знаний о психике человека, но, прежде всего, на создание условий для становления профессионала. Этот процесс не сводится лишь к усвоению системы научных психологических знаний, формированию профессиональных умений и навыков, он гораздо шире и глубже одновременно. Думается, что процесс становления психолога-практика можно представить как вхождение личности в мир профессиональной культуры, включающей в себя, помимо научных знаний, зафиксированных в текстах учебников и монографий, умений и навыков, приобретаемых студентами на семинарах, лабораторных занятиях и во время производственных практик, еще и особый тип отношений в профессиональной среде, которые формируются психологией и формируют психологов. Как показал в своих исследованиях основоположник отечественной практической персонологии профессор В.А. Петровский, психологическое знание преобразовывает своего носителя. Важным аспектом профессиональной культуры является

та часть ее содержания, которую невозможно выразить в слове, а значит и описать в тексте, и которая передается и усваивается только по факту совместного бытия (со-бытия) и совместного действия (со-действия) в едином для его участников событии. Например, как описать интонации психотерапевта или паузы, в которых для клиента подчас и происходит самое главное? Это можно увидеть и понять только присутствуя в ситуации их появления. Но и это еще не все. Профессиональную культуру невозможно себе представить без научной дискуссии, полноправными участниками которой являются и студенты, и преподаватели, и где формируется особое профессиональное мышление. Наконец, невозможно представить себе серьезного психолога незнакомого с «профессиональными фольклором» профессиональными анекдотами, сленгом, пословицами, поговорками, полупредаварными рассказами из жизни выдающихся психологов. Входя в мир профессиональной культуры, обживаясь в нем, усваивая профессиональную картину мира и профессиональный язык, студенты психологи становятся профессионалами.

Для этого много лет подряд на факультете проводятся летние психологические школы, постоянно действующие мастерские, заседания дискуссионного клуба, круглые столы и конференции, а также олимпиады по психологии. Содержание этих мероприятий не определяется ни учебным планом, ни образовательным стандартом подготовки специалистов в сфере психологии, оно определяется только совместным творчеством тех, кто в них участвует. Именно это и делает их важной составляющей образовательного процесса.

Какова роль психологических школ в становлении студентов как специалистов? Школа как ни одна другая форма профессионального общения обеспечивает трансляцию и воспроизводство профессиональной культуры. Передаваемое и получаемое здесь студентами знание – это живое знание, оживляемое опытом совместного поиска ответов на проблемы, поставленные наукой или практикой. Студенческие летние психологические школы проводятся в Москве, Санкт-Петербурге, Сочи, Волгограде. Самарские школы – особенные. Сюда собираются прежде всего те, кто видит свое профессиональное будущее в сфере оказания различных психологических услуг населению: психокоррекция, психопрофилактика, психотерапия, организационная психология. На школу, которая проходит каждое лето, съезжаются практические психологи разных поколений из разных городов России, зачастую они придерживаются разных точек зрения и представляют разные направления в психокоррекции и психотерапии. Это позволяет многократно расширить свой профессиональный опыт и представления участникам школы, искать пути интеграции направлений психологического знания, психологической науки и практики. Участие в самарских школах студентов и сложившихся профессионалов из других городов решает еще одну важную задачу – сплочение будущих и настоящих спе-

циалистов, формирование профессионального сообщества. Особенно важно это сейчас, когда психология постепенно становится индустрией.

Большой популярностью у студентов и психологов города пользуются мастерские, которыми руководят ведущие преподаватели факультета. Участники мастерских получают навыки практической работы, обмениваются опытом, обсуждают различные стороны работы практического психолога. Нередко мастерские становятся экспериментальной площадкой, на которой проходят апробацию новые методики и приемы.

Актуальным проблемам психологической науки посвящены заседания дискуссионного клуба, круглые столы и конференции, наиболее значительной из которых является ежегодная конференция «Психея-форум», для участия в которой в Самару приезжают студенты и специалисты из многих городов России и ближнего зарубежья.

Все эти разнообразные мероприятия с разным содержанием, статусом и задачами в конечном итоге направлены на развитие и интеграцию научной и практической психологии, на создание условий для эффективного профессионального становления студентов. Важно, чтобы постепенно у студентов складывалась и развивалась система профессионально важных качеств:

- открытость к суждениям и взглядам, отличным от собственных;
- гибкость и терпимость;
- эмпатичность, восприимчивость, способность создавать атмосферу эмоционального комфорта;
- способность выражать подлинные эмоции и переживания;
- энтузиазм и оптимизм, убежденность в принципиальной способности человека к изменению и развитию;
- уравновешенность, терпимость к фрустрации и устойчивость в неопределенности;
- высокий уровень саморегуляции;
- позитивное самоотношение, адекватная самооценка;
- осознание собственных конфликтных областей, потребностей и мотивов;
- богатое воображение;
- развитая интуиция;
- высокий уровень интеллекта;
- готовность жить и действовать под свою ответственность;
- способность быть автором своего личного и профессионального пути.

Одним из основных положений концепции развития факультета является тезис: «Поступают разные – выпускаем лучших». Однако, для того

чтобы «выпускать лучших» многое нужно сделать еще до зачисления абитуриента на факультет. По меньшей мере, необходимо, чтобы абитуриенты были адекватно профессионально ориентированы. С этой целью на факультете работает Школа психологических знаний, слушателями которой являются в основном старшеклассники. Не все они после ее окончания поступают к нам на факультет, но все слушатели получают четкое представление о том, что такое психология, и хотят ли они связать свою жизнь именно с ней. Лучшему осознанию себя, своих интересов, возможностей способствует не только то, что занятия в школе психологических знаний ведут преподаватели факультета, но и система тренингов, предусмотренных программой школы. Таким образом, еще задолго до поступления абитуриенты начинают развивать у себя профессионально важные качества и узнавать психологию как науку и как сферу профессиональной подготовки.

Важное место в системе работы с абитуриентами занимает олимпиада по психологии. Олимпиады по психологии проводятся в университете с 1995 года. Популярность этого, ежегодно проводимого в последнее воскресенье апреля, мероприятия неуклонно возрастает. Год от года увеличивается не только количество участников олимпиады, расширяется ее география. В последние годы для участия в олимпиаде в университет приезжают жители не только городов и районов Самарской области, но и соседних областей. И хотя олимпиада ориентирована в основном на потенциальных абитуриентов, ее организаторы всегда стремились к тому, чтобы в ней могли принять участие все, кто интересуется психологией. Самому юному участнику олимпиады за все время их проведения было одиннадцать лет, а самому зрелому – семьдесят пять. Олимпиада собирает не только школьников, в ней принимают участие студенты других факультетов, учащиеся техникумов, ВУЗов, военные, рабочие, домохозяйки... Одним словом, это интересное и содержательное мероприятие.

Для того, чтобы все желающие принять участие в олимпиаде были хотя бы приблизительно в равных условиях, задания, предлагаемые участникам, подбираются так, чтобы большая их часть не требовала для своего выполнения знаний систематического курса психологии. Инструкции ко многим заданиям содержат в себе информационный материал, оперируя которым, можно выполнять задания даже будучи предварительно незнакомым с соответствующей темой. Некоторые задания обращены непосредственно к жизненному опыту и наблюдениям участников. На каждой олимпиаде всегда бывают задания и вопросы, требующие от участников не столько осведомленности, сколько сообразительности, интуиции и творчества.

Поскольку одной из важнейших функций олимпиады является доэкзаменационный отбор талантливой молодежи, комплект заданий всегда включает в себя задания повышенной сложности, справиться с которыми

могут лишь те, кто занимается психологией в школьных кружках, читает книги по психологии, посещает Школу психологических знаний.

Комплект заданий на олимпиаде включает в себя задания всех типов: на осведомленность, на сообразительность и интуицию, на наблюдательность и «знание жизни», на общую эрудированность. «Удельный вес» всех заданий в итоговой оценке четко сбалансирован. Такой подход к комплектованию заданий дает возможность проявиться всем участникам, однако, побеждают в олимпиаде действительно лучшие. Победитель олимпиады зачисляется на первый курс психологического факультета вне конкурса, участники, занявшие первые десять мест, получают дипломы, грамоты и ценные подарки. Поскольку призеры олимпиады – это действительно хорошо осведомленные и увлеченные психологией люди, мы внимательно следим за их дальнейшей судьбой и стараемся оказывать им возможную помощь при поступлении к нам на факультет.

Популярность олимпиады постоянно возрастает, поэтому в целом повышается и сложность предлагаемых участникам заданий. Этот сборник заданий стал откликом на многочисленные просьбы школьных психологов, постоянно обращающихся на факультет за заданиями олимпиад прошлых лет. По откликам наших коллег, работающих в школе, мы знаем, что задания олимпиады вызывают у старшеклассников живой интерес и позволяют разнообразить содержание уроков психологии, используются в кружковой работе, во внутришкольных олимпиадах.

Надеемся, что настоящий сборник заданий для олимпиады по психологии окажется полезен абитуриентам, слушателям Школы психологических знаний, старшеклассникам, школьным психологам и всем, кто интересуется психологией.

## Общая психология

### Задание №1.

Человек – существо биосоциальное. Как биологический организм он подчиняется основным законам природы, как социальный индивид – законам жизни в обществе.

*Из нижеперечисленных качеств отметьте присущие исключительно человеку:*

1. Прямохождение, передвижение на задних конечностях.
2. Забота о потомстве.
3. Членораздельная речь.
4. Строительство и обустройство жилища.
5. Способность и потребность планировать и осуществлять какую-либо деятельность.
6. Выработка условных рефлексов.
7. Наличие извилин в коре головного мозга.
8. Сознание.
9. Умение приспосабливаться к изменениям окружающего мира.
10. Оседлый образ жизни.
11. Мышление.
12. Активное восприятие.
13. Смех.

### Задание №2.

*Исключите лишнее понятие:*

- Индивид, личность, объект, индивидуальность.
- Холерик, меланхолик, астеник, сангвиник, флегматик.
- Внимание, память, сознание, мышление, воображение.
- Гиперболизация, агглютинация, заострение, типизация, сенсбилизация.
- Удивление, отвращение, ненависть, скука, печаль.
- Темперамент, направленность, воля, способности, характер.
- Удовольствие, эмоция, аффект, настроение, чувство.
- Мечта, грёза, галлюцинация, представление, сон.
- Анализ, обобщение, классификация, сравнение, концентрация.

### Задание №3.

*Выберите правильный ответ:*

- 1) От чего зависит настроение?
  - а) от удовлетворенности ходом жизни
  - б) отношений с другими людьми



- c) оценки других людей и самооценки
  - d) от состояния нервной системы и всего организма
  - e) наличия и разрешения проблем
  - f) все ответы верны
- 2) Состояние психологического напряжения, возникшее в процессе деятельности в особо трудных условиях – это
- a) депрессия
  - b) тревога
  - c) страх
  - d) стресс
  - e) истерика
  - f) паника
- 3) Мысленное объединение предметов, явлений и их признаков – это
- a) умозаключение
  - b) сравнение
  - c) синтез
  - d) анализ
  - e) индукция
  - f) дедукция
- 4) Зависимость восприятия от прошлого опыта, запаса знаний, и общего содержания психической деятельности - это
- a) перцепция
  - b) апперцепция
  - c) память
  - d) дискретность
  - e) самообман
  - f) константность.

#### **Задание №4.**

Психолог проводит эксперимент с сереньким котенком. Бантик, привязанный на веревочку, последовательно предъявляется котенку из-за дивана то с одной, то с другой стороны. Сначала котенок хаотично мечется, но уже после четырех предъявлений, котенок, заметив появление бантика с одной стороны дивана, сразу бежит к другой и спокойно ожидает его там.

Эксперимент показывает:

1. кошки умеют думать
2. кошки не умеют думать
3. психологи это не кошки
4. кошки интуитивно стремятся к снижению ситуативной тревожности
5. все ответы верны

### **Задание №5.**

*Ниже приведен список отраслей психологии. Отметьте каких отраслей, по вашему мнению, не существует?*

1. Возрастная психология
2. Психология искусства
3. Спортивная психология
4. Общая психология
5. Юридическая психология
6. Психология творчества
7. Психология труда
8. Сурдопсихология
9. Социальная психология
10. Клиническая психология
11. Сравнительная психология
12. Семейная психология
13. Патопсихология
14. Гештальтпсихология
15. Трансперсональная психология
16. Педагогическая психология
17. Психология личности
18. Психология масс
19. Психология религии
20. Специальная психология.
21. Инженерная психология
22. Зоопсихология
23. Организационная психология
24. Военная психология

### **Задание №6.**

*Вам нужно подобрать синонимы к следующим психологическим терминам:*

- Толерантность
- Интериоризация
- Самоотношение
- Конфликт
- Кризис
- Рефлексия
- Статус
- Адаптация
- Перцепция

### Задание №7.

Психология как наука оперирует следующими понятиями:

1. *Человек* – особь вида *Homo sapiens*.
2. *Личность* – социальная сущность индивида, носитель социального.
3. *Индивидуальность* – биологическая и социальная неповторимость особи.
4. *Индивид* – единичный представитель общности.
5. *Субъект* – индивид как носитель активности, познания, деятельности, социальных отношений.

*Расположите эти понятия от самого общего к более частному.*

### Задание №8.

Потребность – это состояние нужды в объективных условиях, предметах, объектах, без которых невозможно существование и развитие живых организмов, их жизнедеятельность.

А. Маслоу выделил пять уровней потребностей:

1. **Физиологические потребности** - потребности, существенные для физического выживания.
2. **Потребности в безопасности** - отражают заинтересованность в долговременном выживании.
3. **Потребности в социальных связях** - стремление устанавливать отношения привязанности с другими людьми, в своей семье, группе.
4. **Потребность в самоуважении** - потребности в признании, одобрении, достижении, в удовлетворяющей самооценке.
5. **Потребности самоактуализации** - потребность в понимании и осмыслении собственного жизненного пути, в реализации своих способностей и возможностей.

Вам предлагается перечень желаний.

*Нужно определить, к какой группе потребностей относится то или иное желание.*

1. Я хочу селедку под шубой.
2. Я хочу самосовершенствоваться
3. Я хочу выучить английский
4. Я хочу быть довольным собой
5. Я хочу собственную квартиру
6. Я хочу избавиться от оков
7. Я хочу допить чай
8. Я хочу найти себя
9. Я хочу найти интересного друга
10. Я хочу путешествовать
11. Я хочу дочку
12. Я хочу найти свою любимую

13. Я хочу прославиться
14. Я хочу жить здесь и сейчас
15. Я хочу участвовать в КВН
16. Я хочу получить высшее образование
17. Я хочу быть свободным
18. Я хочу шоколадку
19. Я хочу любить и быть любимой
20. Я хочу доверять себе и другим
21. Я хочу стать профессионалом
22. Я хочу танцевать
23. Я хочу разбираться в живописи
24. Я хочу мороженое
25. Я хочу познавать
26. Я хочу спать
27. Я хочу стабильности
28. Я хочу собрать сбережения на черный день.

#### **Задание №9.**

*Из нижеперечисленных методов выберите те, которые, по Вашему мнению, используются в той или иной области психологии.*

Наблюдение	Метод проб и ошибок
Эксперимент	Изучение документов
Измерение	Опрос
Беседа	Тесты
Архивный метод	Методы математической статистики
Метод микроструктурного анализа	Моделирование
Спектральный анализ	Разделение на фракции
Метод оценки	Метод дифференциала семантического
Самонаблюдение	Методы качественного анализа.
Шкалирование	Аэросъемка
Сепарация	
Гемодиализ	

#### **Задание №10.**

*Найдите антонимы к данным понятиям:*

1. конформизм –
2. интернационализм –
3. оптимизм –
4. самостоятельность –
5. слабоволие –
6. осторожность –
7. активность –
8. трудолюбие –
9. работоспособность –

- 10.скромность –
- 11.альтруизм –
- 12.веселость -
- 13.бодрость –
- 14.невозмутимость –
- 15.коллективизм –
- 16.доброта –
- 17.общительность –
- 18.откровенность –
- 19.тактичность –
- 20.вежливость –
- 21.интерес к людям –

### Задание №11.

Ниже приведены утверждения людей, каждое из которых является отражением одного из следующих состояний:

1. Физическая агрессия (использование физической силы против другого лица);
2. Вербальная агрессия (выражение негативных чувств при помощи слов, криков)
3. Обида (зависть и ненависть к окружающим за действительные или вымышленные действия)
4. Чувство вины (убеждение человека в том что он поступает, поступил плохо)
5. Подозрительность (недоверие к людям, убежденность что другие собираются причинить вред).

*Определите какое состояние выражает каждое высказывание.*

1. Они еще поймут, что были не правы, но будет поздно.
2. Я требую чтобы люди меня уважали.
3. Если я разозлюсь, то могу ударить.
4. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
5. Я делаю много такого, о чем в последствии жалею.
6. Чем я заслужил такое пренебрежительное отношение.
7. Я не могу удержаться от спора, если люди со мной не согласны.
8. Раньше я наивно думал, что люди говорят правду, но теперь я стал умнее.
9. В споре я часто повышаю голос.
- 10.Я думаю, многие люди меня не любят.
- 11.Некоторые люди меня просто бесят.
- 12.Наверное, мне завидуют.
- 13.Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.

14. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
15. Я не всегда получаю то, что мне положено.
16. Иногда я чувствую, что близкие меня не понимают.
17. Если человек делает мне хорошее, наверное он что-то от меня хочет.
18. Многие ошибки непоправимы.
19. Очень переживаю, если не могу выполнить обещания.

### Задание №12.

*Какие из приведенных ниже понятий обозначают психические явления?*

- |                    |                                  |
|--------------------|----------------------------------|
| 1. Слезы           | 15. Знания                       |
| 2. Нервный процесс | 16. Ощущение                     |
| 3. Мышление        | 17. Сердцебиение                 |
| 4. Память          | 18. Биотоки мозга                |
| 5. Пищеварение     | 19. Анализатор                   |
| 6. Сонливость      | 20. Ум                           |
| 7. Бег             | 21. Восприятие                   |
| 8. Информация      | 22. Настроение                   |
| 9. Дыхание         | 23. Интерес                      |
| 10. Воля           | 24. Кровообращение               |
| 11. Страх          | 25. Сочувствие                   |
| 12. Любовь         | 26. Зависть                      |
| 13. Раздражимость  | 27. Общительность                |
| 14. Вера           | 28. Кожно-гальваническая реакция |

### Задание №13.

Каждому понятию левого столбца можно подобрать полярное по смыслу понятие из правого столбца.

*Установите пары соответствия.*

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 1. Свобода.           | 1. Объективность.    |
| 2. Рациональность.    | 2. Непознаваемость.  |
| 3. Холизм.            | 3. Детерминизм.      |
| 4. Конституционализм. | 4. Неизменность.     |
| 5. Изменяемость.      | 5. Гетеростаз.       |
| 6. Субъективность.    | 6. Иррациональность. |
| 7. Гомеостаз.         | 7. Элементаризм.     |
| 8. Познаваемость.     | 8. Инвайроментализм. |
| 9. Интроверсия.       | 9. Доминантность.    |
| 10. Экстериоризация.  | 10. Негативизм.      |
| 11. Конформизм.       | 11. Пластичность.    |
| 12. Покорность.       | 12. Интериоризация.  |
| 13. Ригидность.       | 13. Экстраверсия.    |
| 14. Анализ.           | 14. Синтез.          |

### Задание №14.

Современная психология представляет собой развитую и дифференцированную область научных знаний. В структуре психологической науки выделяют общую психологию, возрастную психологию, социальную психологию, дифференциальную психологию и другие отрасли.

*Являются нижеперечисленные понятия предметом изучения общей психологии или социальной психологии?*

- |                    |                           |
|--------------------|---------------------------|
| 1. Характер.       | 8. Массовая коммуникация. |
| 2. Большие группы. | 9. Темперамент.           |
| 3. Руководство.    | 10. Общественное мнение.  |
| 4. Аффект.         | 11. Способности.          |
| 5. Стресс.         | 12. Авторитет.            |
| 6. Мышление.       | 13. Чувство «мы».         |
| 7. Эмоции.         | 14. Волевые процессы.     |

### Задание №15.

*Найдите правильный ответ.*

1. Используя слова, приведенные в скобках, продолжите ряд:

**Психические процессы - психические свойства - ...**

(психические качества, психологические теории, психические явления, психические состояния).

2. Используя слова, приведенные в скобках, продолжите ряд:

**Ощущение – восприятие – мышление – ...**

(чувства, воображение, эмоции, сознание, желание, мечта, характер).

3. Задатки так относятся к способностям, как темперамент к...

(личность, индивидуальность, индивид, характер).

4. Какое из приведенных ниже четырех слов является лишним?

**Мышление, чувство, фантазия, мировоззрение.**

5. Найдите бытовой эквивалент слову «адаптация».

6. Найдите бытовой эквивалент слову «детерминанта».

7. «Эмоция» так относится к «процесс», как «темперамент» к...

(подвижный, состояние, качество, свойство).

8. Расшифруйте анаграмму:

**Г Е Р Т А В О**

9. Расшифруйте анаграмму:

**А И Ц М Т В О Я И**

10. Из букв, входящих в состав слов:

- АФАЗИЯ
- СТРЕСС
- ЦЕЛЬ
- УСТАНОВКА

составьте название реакции на внезапное возникновение препятствия на пути к достижению цели, которое воспринимается как непреодолимое.

### Задание №16.

В психологии существует такое понятие как «механизмы психологической защиты». Это способы, которыми психика человека защищает себя от внутренних и внешних напряжений. Таким образом, используя какую либо форму психологической защиты, человек «обманывает себя», искусственным способом снимая напряжение. Существуют различные виды психологических защит:

1. **Рационализация** – нахождение приемлемых причин или оснований для неприемлемых мыслей и действий.
2. **Проекция** – приписывание другому человеку, животному или объекту качеств, чувств или намерений, которые исходят от самого приписывающего.
3. **Отрицание** – попытка не принимать в качестве реальности событие, которое беспокоит человека.
4. **Регрессия** – возвращение на более ранний уровень развития или к более простому способу выражения, свойственному детям. Многие из этих регрессий настолько общеприняты, что принимаются за признак зрелости.

*Ваша задача заключается в том, чтобы, прочитав приведенные ниже высказывания, определить к какому виду психологических защит относится каждое из них.*

1. «Никогда нельзя верить женщинам».
2. «Я ударил своего сына только потому, что хочу воспитать его настоящим мужчиной».
3. «Как потрясающе красива эта девушка в красном платье!»
4. «Ты так ведешь себя, потому что ты в меня влюбилась».
5. «У меня сегодня одни неприятности. Пойду лучше съем что-нибудь вкусненькое».
6. «Мне можно сегодня не ходить на работу, ведь отдыхать тоже нужно, а то еще заболеешь чем-нибудь».
7. «Да ладно, она пошутила, когда сказала, что меня выгонят из школы».
8. «По-моему, остается только напиться с горя».
9. «Да, я поступаю плохо, но я делаю это исключительно для твоего блага».
10. «Что-то я не помню, чтобы она когда-нибудь говорила про меня такие ужасные вещи».



### **Задание №17.**

*В каком соотношении по объему (больше, меньше, равенство) находятся данные понятия:*

1. психика – инстинкт
2. общение – обмен информацией
3. индивид – индивидуальность
4. способности – личность
5. анализ – синтез
6. человек – индивид
7. деятельность – личность
8. труд – деятельность
9. цель – мотив
10. общение – межличностное отношение

### **Задание №18**

*Упорядочите эти понятия по критерию объема:*

1. мир,
2. личность,
3. группа,
4. общество,
5. конформность.

### **Задание №19.**

*Объясните смысл следующих фраз:*

«Субъективное переживание перманентного воздействия фрустрационных факторов является индикатором неблагоприятного протекания пубертатного кризиса».

«Типичная поведенческая реакция, свойственная индивиду, представляет собой результат сопряжения интерпсихических и интрапсихических детерминант».

### **Задание №20.**

Вам предложены определения психологических понятий.

*Из трех вариантов ответов выберите правильный.*

1. Свойство живого избирательно реагировать на биологически значимые воздействия среды изменением своего внутреннего состояния и внешнего поведения – это
  - А) чувствительность;
  - Б) активность;

- В) раздражимость.
2. Генетически фиксируемые наследуемые элементы поведения – это
    - А) рефлекс;
    - Б) навык;
    - В) инстинкт.
  3. Активное отношение человека к миру, способное изменить этот мир и самого субъекта этих отношений – это
    - А) мышление;
    - Б) сознание;
    - В) деятельность.
  4. Отражение в сознании человека предметов и явлений при их воздействии на органы чувств – это
    - А) ощущение;
    - Б) воображение;
    - В) восприятие.
  5. Процессы организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его накопление без потери прежних знаний, умений и навыков – это
    - А) научение;
    - Б) мышление;
    - В) память.
  6. Совокупность устойчивых черт личности, складывающихся в деятельности и общении – это
    - А) индивидуальность;
    - Б) темперамент;
    - В) характер.
  7. Общее эмоциональное состояние, окрашивающее поведение человека в определенный промежуток времени - это
    - А) чувство;
    - Б) настроение;
    - В) характер.
  8. Индивидуально-своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека – это
    - А) характер;
    - Б) темперамент;
    - В) личность.
  9. Совокупность индивидуально-психологических особенностей, отличающих одного человека от другого, и определяющих успешность выполнения какой-либо деятельности или многих деятельностей – это
    - А) талант;
    - Б) способности;
    - В) навык.

10. Факты внутреннего субъективного опыта, имеющие свойство быть представленными непосредственно самому субъекту – это
- А) поведение;
  - Б) психические явления;
  - В) продукты культуры.
11. Наблюдение, которому человеческий ум подвергает собственную деятельность – это
- А) рефлексия;
  - Б) мышление;
  - В) анализ.
12. Состояние объективной нужды организма в чем-то, что лежит вне его и составляет необходимое условие его нормального функционирования – это
- А) потребность;
  - Б) желание;
  - В) мотив.
13. Сочетание психологических особенностей человека, составляющих его своеобразие, его отличие от других людей – это
- А) индивидуальность;
  - Б) гениальность;
  - В) личность.
14. Сознательная регуляция своей деятельности и поведения – это
- А) воля;
  - Б) поступок;
  - В) действие.
15. Побудительная сила особого рода, определяющая избирательность отношений и личностной активности - это
- А) направленность;
  - Б) мотив;
  - В) потребность.
16. Способность человека долгое время сосредотачиваться на объекте – это
- А) восприятие;
  - Б) внимание;
  - В) сознание.
17. Относительно устойчивая структура умственных способностей – это
- А) разум;
  - Б) мышление;
  - В) интеллект.
18. Совокупность устойчивых черт личности – это
- А) характер;
  - Б) темперамент;
  - В) способности.

19. Высокий уровень развития способностей – это
- А) талант;
  - Б) способности;
  - В) мастерство.
20. Состояние психологического напряжения, возникающее у человека в процессе деятельности в особо трудных условиях - это
- А) тревога;
  - Б) утомление;
  - В) стресс.

### Здание №21.

*Из приведенных вариантов выберите правильный ответ.*

1. Элементом структуры деятельности является
  - А) поведение;
  - Б) активность;
  - В) действие;
  - Г) инстинкт;
  - Д) все ответы неверны.
2. Понятия «индивид» и «личность» находятся в таком же отношении, как «задатки» и
  - А) умения;
  - Б) знания;
  - В) способности;
  - Г) индивидуальность;
  - Д) навыки.
3. Понятия «человек» и «неповторимость» находятся в таком же отношении, как «личность» и
  - А) темперамент;
  - Б) одаренность;
  - В) индивидуальность;
  - Г) характер;
  - Д) привычки.
4. Самосознание можно определить как
  - А) образ себя;
  - Б) отношение к себе;
  - В) усовершенствование себя;
  - Г) представление о себе
  - Д) все ответы верны.
5. Способности определяются как
  - А) индивидуально-психологические особенности человека;
  - Б) индивидуальные особенности, имеющие отношение к успешности выполнения одного или многих видов деятельности;

- В) такие особенности, которые не сводятся к знаниям, умениям и навыкам;
  - Г) особенности человека, которые развиваются в процессе деятельности на основе задатков;
  - Д) все ответы верны.
6. Сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении или переживании обеспечивает
- А) восприятие;
  - Б) внимание;
  - В) рефлексия;
  - Г) усидчивость;
  - Д) все ответы неверны.
7. Наше восприятие мира связано
- А) с культурой, к которой мы принадлежим;
  - Б) с практикой;
  - В) с опытом;
  - Г) с условиями жизни;
  - Д) все ответы верны.
8. У человека врожденными формами поведения считаются
- А) агрессивные действия;
  - Б) доминирование;
  - В) потребность в самореализации;
  - Г) стремление к власти;
  - Д) все ответы неверны.
9. Рефлексы
- А) всегда врожденные;
  - Б) встречаются только у низших животных;
  - В) имеют мало отношения к выживанию;
  - Г) формируются при участии сознания и речи;
  - Д) все ответы неверны.
10. Инстинктивное поведение преобладает главным образом у
- А) насекомых;
  - Б) рыб;
  - В) рептилий;
  - Г) птиц;
  - Д) млекопитающих.
11. Человек – единственное существо, способное
- А) передавать информацию о прошлых и будущих событиях;
  - Б) пользоваться орудиями;
  - В) жить в сообществах;
  - Г) заботиться о потомстве;
  - Д) все ответы верны.

12. Присущая человеку социальная структура дает детям возможность
- А) получать очень хороший уход;
  - Б) воспринимать социальные и культурные обычаи;
  - В) усваивать опыт предшествующих поколений;
  - Г) усваивать нормы социальной жизни;
  - Д) все ответы верны.
13. Агрессивность человека
- А) представляет собой врожденное свойство;
  - Б) может быть легко преодолена;
  - В) отсутствует у большинства народов;
  - Г) положительно связана с интеллектом;
  - Д) все ответы неверны.
14. В «Илиаде» Гомер приписывает поведение своих героев
- А) капризу богов;
  - Б) животному разуму;
  - В) душе;
  - Г) инстинктам;
  - Д) все ответы неверны.
15. Первая психологическая лаборатория была создана
- А) Вундтом;
  - Б) в 1879г.;
  - В) для изучения функций сознания;
  - Г) для изучения элементов сознания;
  - Д) все ответы верны.
16. По теории Фрейда, либидо – это энергия
- А) соответствующая потребности в самореализации личности;
  - Б) возникающая в результате подавления полового влечения;
  - В) лежащая в основе жизненных влечений;
  - Г) лежащая в основе взаимодействия между людьми;
  - Д) все ответы верны.
17. Звание психолога
- А) защищено в большей части стран;
  - Б) не может быть присвоено любым человеком;
  - В) не может быть достигнуто без серьезной подготовки;
  - Г) требует соблюдения профессиональных этических норм;
  - Д) все ответы верны.
18. Психолог – консультант
- А) работает с обращающимися к нему людьми;
  - Б) имеет дело главным образом с такими проблемами, как самоубийство и наркомания;
  - В) помогает организациям находить нужные ответы на проблемы, касающиеся людей;
  - Г) работает с индивидуальными клиентами и группами;

- Д) все ответы верны.
19. Педагогический психолог
- А) может иногда оказать психологическую поддержку учащимся;
  - Б) проводит собеседования и тесты;
  - В) стремится вводить эффективные методы обучения;
  - Г) организует психологическое консультирование родителей;
  - Д) все ответы верны.
20. Стадия глубокого сна достигается
- А) сразу же после засыпания;
  - Б) во время появления сновидений;
  - В) пять раз за одну ночь;
  - Г) только при приеме психотропных средств;
  - Д) все ответы неверны.
21. Во время парадоксального сна
- А) возникают сновидения;
  - Б) наблюдаются быстрые движения глаз;
  - В) тело совершает хаотичные движения;
  - Г) дыхание изменяется;
  - Д) все ответы верны.
22. Органы чувств ребенка начинают функционировать
- А) у большинства до рождения;
  - Б) с момента рождения;
  - В) в первые недели после рождения;
  - Г) на втором месяце после рождения;
  - Д) в первые дни после рождения при условии правильного питания.
23. Привыкание проявляется в том, что мы быстро перестаем замечать
- А) соприкосновение одежды с кожей;
  - Б) периодически возобновляющийся шум мотора холодильника;
  - В) запах щей в кухне;
  - Г) любой раздражитель, действующий с постоянной интенсивностью;
  - Д) все ответы верны.
24. Стимул или объект имеет тем больше шансов привлечь внимание, чем он
- А) новее;
  - Б) сложнее;
  - В) интенсивнее;
  - Г) точнее соответствует потребностям индивида;
  - Д) все ответы верны.
25. Экстрасенсорное восприятие
- А) в настоящее время является предметом изучения психологии;
  - Б) многими рассматривается как обычная способность;
  - В) интересует в равной степени физиков и психологов;

- Г) никак не связано с магией;
  - Д) все ответы верны.
26. Долговременная память
- А) обладает ограниченной емкостью;
  - Б) обладает практически неограниченной длительностью;
  - В) более развита у пожилых лиц;
  - Г) лучше развита у мужчин, чем у женщин;
  - Д) все ответы верны.
27. При извлечении информации из памяти всегда легче
- А) вспомнить какой-то отдельно взятый элемент;
  - Б) распознать элемент информации среди предъявленных других;
  - В) ответить на прямые вопросы;
  - Г) не учитывать контекста;
  - Д) все ответы неверны.
28. Пожилые люди
- А) обладают лучшей, чем у молодых, памятью на давние события;
  - Б) сохраняют способность очень легко организовывать запоминаемый материал;
  - В) легче вспоминают что-то, чем узнают;
  - Г) недавние события помнят хуже, чем те, которые были давно;
  - Д) все ответы верны.
29. Когда мы находим решение проблемы «наугад», то это
- А) результат случайного перебора;
  - Б) стратегия проб и ошибок;
  - В) часто приводит к неприятным последствиям;
  - Г) иногда вызывает у нас удивление;
  - Д) все ответы верны.
30. Наследственность – это
- А) потенциал, наследуемый от родителей;
  - Б) важнейший фактор, лежащий в основе интеллектуального развития;
  - В) сравнительно малоизвестная область;
  - Г) перспективная область научных исследований;
  - Д) все ответы верны.
31. Какой из перечисленных внешних факторов играет самую важную роль в интеллектуальном развитии младенца:
- А) питание;
  - Б) правильный физический уход;
  - В) воспитание родной матерью;
  - Г) психическая стимуляция;
  - Д) правильный режим дня.



32. Какая из перечисленных черт не является специфической для творческого мышления:
- А) пластичность;
  - Б) надежность;
  - В) гибкость;
  - Г) оригинальность;
  - Д) все ответы верны.
33. Как правило творческие личности характеризуются
- А) конформизмом;
  - Б) хорошим включением в социальную группу;
  - В) четко установленными представлениями о жизни и обществе;
  - Г) стремлением соблюдать правила и каноны;
  - Д) все ответы неверны.
34. Чрезмерная плотность населения чаще всего усиливает у людей:
- А) чувство одиночества;
  - Б) чувство «анонимности»;
  - В) уход в себя;
  - Г) эмоциональный дискомфорт;
  - Д) все ответы верны.
35. Чрезмерный уровень шума может вызвать у людей
- А) уменьшение агрессивности;
  - Б) усиление взаимопомощи;
  - В) ухудшение успеваемости в школе;
  - Г) утомление;
  - Д) все ответы верны.
36. Конформизму особенно сильно подвержены
- А) очень дисциплинированные люди;
  - Б) сравнительно умные люди;
  - В) люди, неустойчивые к стрессу;
  - Г) люди творческих профессий;
  - Д) все ответы неверны.
37. Вероятность увлечься другим человеком возрастает, если он
- А) часто находится поблизости;
  - Б) обладает качествами, противоположными нашим собственным;
  - В) компетентен в тех областях, в которых мы сами плохо разбираемся;
  - Г) не избегает нашего общества;
  - Д) все ответы верны.
38. Интерес к другому человеку можно невербально выразить
- А) помещенными на бедра руками;
  - Б) пронзительным голосом;
  - В) пристальным взглядом, устремленным на собеседника;
  - Г) поместив руки в карманы брюк или куртки;

- Д) все ответы неверны.
39. Для того, чтобы сообщение звучало убедительно, оно должно
- А) не слишком сильно отличаться от мнения собеседника;
  - Б) часто видоизменяться;
  - В) взывать главным образом к страху;
  - Г) намекать на неприятные события в будущем;
  - Д) все ответы неверны.
40. Понятие «психическая норма»
- А) основано на объективных данных;
  - Б) лежит между двумя четко определенными полюсами;
  - В) в разных культурах почти не различается;
  - Г) может быть выражено в четких количественных параметрах;
  - Д) все ответы неверны.
41. Мысль, что «все, с кем контактируешь, непременно должны тебя любить»
- А) иррациональна;
  - Б) лежит в основе многих неадекватных форм поведения;
  - В) базируется на фундаментальной потребности человека;
  - Г) является следствием ограниченного личного опыта;
  - Д) все ответы верны.
42. Механизмом развития личности является
- А) сдвиг мотива на цель;
  - Б) убеждение;
  - В) внушение;
  - Г) конформизм;
  - Д) все ответы неверны.
43. Комплекс – это
- А) соединение отдельных процессов в целое, отличное от суммы своих элементов;
  - Б) группа психических процессов, объединенная единым аффектом;
  - В) неосознаваемое образование, обуславливающее структуру и направленность сознания;
  - Г) констелляция когнитивных и эмоциональных процессов, обуславливающая поведение индивида в некоторых ситуациях;
  - Д) все ответы верны.
44. Нарушение речи – это
- А) афазия;
  - Б) аутизм;
  - В) апраксия;
  - Г) аграфия;
  - Д) все ответы верны.

45. Защитный механизм личности – это
- А) вытеснение;
  - Б) диспозиция;
  - В) депрессия;
  - Г) агглютинация;
  - Д) гиперболизация.
46. Основоположником гуманистической психологии является
- А) Г. Олпорт;
  - Б) А. Маслоу;
  - В) К. Роджерс;
  - Г) все ответы верны;
  - Д) все ответы неверны.
47. Суггестия – это
- А) установка;
  - Б) фантазия;
  - В) внушение;
  - Г) рассеянность;
  - Д) все ответы верны.
48. Психоанализ – это
- А) направление психологии, созданное З. Фрейдом и его последователями;
  - Б) совокупность методов выявления в психотерапевтических целях; особенностей переживаний и действий человека, обусловленных неосознаваемыми мотивами;
  - В) психологическое направление, которому принадлежал К. Юнг;
  - Г) одно из направлений современной психотерапии;
  - Д) все ответы верны.

## Познавательные процессы.

### Задание №1.

Всем хорошо известно, что ощущения являются источником наших знаний о мире. Существуют различные подходы к классификации ощущений. Согласно представлениям английского физиолога Ч. Шеррингтона существует 3 группы ощущений:

- **Интероцептивные (А)** – сигнализируют о состоянии внутренних процессов организма, возникают благодаря рецепторам, находящимся в стенках желудка, кишечника, сердца, кровеносной системы и других внутренних органов;
- **Проприоцептивные (В)** – передают сигналы о положении тела в пространстве и составляют афферентную (чувственную) основу движений человека. Рецепторы проприоцептивной чувствительности находятся в мышцах и суставах (сухожилиях, связках);
- **Экстероцептивные (С)** – доводят до человека информацию из внешнего мира и являются основной группой ощущений, связывающей человека с внешней средой.

*Перечисленные ниже ощущения нужно распределить в 3 группы, характеристика которых была приведена ранее.*

- |                          |                           |
|--------------------------|---------------------------|
| 1. Ощущение движения     | 6. Зрительное ощущение    |
| 2. Осязательное ощущение | 7. Температурное ощущение |
| 3. Тактильное ощущение   | 8. Вкусовое ощущение      |
| 4. Ощущение равновесия   | 9. Ощущение жажды         |
| 5. Ощущение боли         | 10. Ощущение голода       |

### Задание №2.

Имеются пять основных способов, с помощью которых люди изучают мир. Мы можем видеть, слышать, ощущать, обонять и чувствовать вкус. Информация, которую дают нам органы чувств, воспринимается репрезентативными системами:

- Визуальная система (зрение);
- Аудиальная система (слух);
- Кинестетическая система (телесные ощущения);
- Осмическая система (обоняние и вкус).

Система, которая используется нами чаще других, перерабатывает больше всего информации, называется предпочитаемой репрезентативной системой. Предполагается, что ее можно определить, если при разговоре обращать внимание на слова – индикаторы собеседника.

Слова – индикаторы, отражающие преобладание

- 1) визуальной репрезентативной системы.  
 Глаголы: смотреть, видеть, появляться...  
 Наречия: ясно, ярко, ...  
 Прилагательные: красный, желтый, красивый, ...  
 Существительные: вид, цвет, блеск, ...
- 2) кинестетической репрезентативной системы:  
 глаголы: чувствовать, сидеть, бежать, брать, ...  
 наречия: тепло, близко, тревожно, ...  
 прилагательные: мягкий, тяжелый, ...  
 существительные: ощущение, чувство, ...
- 3) аудиальной репрезентативной системы:  
 глаголы: слышать, шептать, оглушать, звучать, ...  
 прилагательные: звенящий, громкий, ...  
 существительные: голос, тон, звук, ...
- 4) осмической репрезентативной системы:  
 глаголы: нюхать, попробовать, раскусить...  
 прилагательные: кислый, горький, ...  
 существительные: запах, вкус...

*Определите ведущую репрезентативную систему автора каждого из высказываний, приведенных ниже.*

1. Под ногами шедшего шуршала трава и потрескивал бурьян.
2. Оно блестело, сияло, переливалось всеми цветами радуги.
3. В данном отрывке отражена вся сущность изучаемого явления. Показана его глубина и неповторимость.
4. Приятное смешение запахов царило в саду: сладкий запах одуванчиков и нежной зелени, теплого парного молока и свежего хлеба.
5. То платье слишком громкое для меня, а вот это подходит. Оно со-звучно моему настроению.
6. Среди полнейшей тишины прозвучал выстрел.
7. Меня глубоко тронули твои слова. Спасибо за заботу. Я чувствую себя хорошо.
8. Сиянье звезд укажет нам дорогу.
9. Посмотрел я на них: мелькают перед глазами преподавателя, делают вид, что работают.
10. Ты трезвонишь об этом с самого утра. Не надоело?
11. Его мучило тягостное ощущение беспомощности, безысходности.
12. Мне показалось, что эта работа не для меня. Да они и не объяснили мне ничего. Темные ребята.

### **Задание №3.**

Если задача, которую вы решили, перед тем как вы решили эту была труднее, чем задача, которую вы решили после того, как вы решили задачу, которую вы решили перед тем, как вы решили эту, то была ли задача, которую вы решили перед тем, как решили эту, труднее, чем эта?

## Эмоциональные процессы

### Задание №1.

В эмоциональной сфере человека выделяют чувства и эмоции.

Чувство – это длительное, развивающееся отношение к кому-либо или чему-либо.

Эмоция – это кратковременное переживание, возникающее в определенных условиях и ситуациях.

*Отнесите следующие понятия к чувствам или эмоциям.*

- |                 |                   |
|-----------------|-------------------|
| 1. Тоска        | 11. Счастье       |
| 2. Враждебность | 12. Уныние        |
| 3. Страх        | 13. Гнев          |
| 4. Радость      | 14. Привязанность |
| 5. Досада       | 15. Смятение      |
| 6. Любовь       | 16. Интерес       |
| 7. Смушение     | 17. Симпатия      |
| 8. Обида        | 18. Волнение      |
| 9. Зависть      | 19. Веселье       |
| 10. Тревога     | 20. Грусть        |

### Задание №2.

Чувства – одна из основных форм переживания человеком своего отношения к действительности, ко всему тому, что он познает и делает.

Среди большого разнообразия чувств особое место занимают высшие чувства – нравственные, эстетические, интеллектуальные, практические.

1. Нравственные – включают моральную оценку предметов, явлений, других людей.
2. Эстетические – выражают представление об идеале и понимании красивого и прекрасного.
3. Интеллектуальные – возникают в связи с умственной, познавательной деятельностью.
4. Практические – возникают в процессе деятельности.

*Отнесите следующие понятия к соответствующей группе чувств:*

1. Удовольствие от просмотра спектакля
2. Чувство страха
3. Чувство восхищения при чтении стихов
4. Чувство долга
5. Любознательность
6. Чувство неудачи
7. Любовь к профессии
8. Чувство удивления
9. Чувство сомнения
10. Удовольствие от созерцания природы.

### Задание №3.

Перед вами шесть анаграмм. Рядом с каждой анаграммой находится цифра. Это номер той буквы, которую Вам необходимо выписать из получившегося слова. Решив все шесть анаграмм, вы получите шесть букв. *Составьте из них слово.*

Т С Х Р А – 5  
Л Ь Е Ч А П – 1  
Д О С Т А Р Ь – 5  
С Т Я Н Е М И Е – 3  
Л Е С Е Е В Ь – 7  
Н Ы У Н И Е – 5

### Задание №4.

Перед Вами список эмоциональных реакций и состояний.

*Подберите к каждому из них определение из приведенных ниже и обозначенных буквами.*

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 1. Интерес   | 5. Гнев       |
| 2. Презрение | 6. Радость    |
| 3. Страдание | 7. Отвращение |
| 4. Страх     | 8. Удивление  |

**А.** Эмоциональная реакция неопределенного знака на внезапно возникшее непредвиденное обстоятельство. Это эмоциональное состояние обладает способностью тормозить другие эмоции.

**Б.** Отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое предметами или явлениями, соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с этическими и эстетическими принципами человека.

**В.** Отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении человеком информации о возможном ущербе для его жизненного благополучия или об опасности, которая ему угрожает.

**Г.** Эмоция отрицательного знака, которая связана с достоверной информацией о невозможности удовлетворения возникшей потребности, которое до этого представлялось весьма вероятным.

**Д.** Положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью полного удовлетворения возникшей потребности, вероятность чего до этого была очень невелика.

**Е.** Отрицательная эмоция, которая протекает очень бурно. Вызывается внезапно возникшим неожиданным препятствием на пути удовлетворения исключительно важной для человека потребности. Дает кратковременный подъем жизненных сил.

**Ж.** Эмоциональное состояние со знаком минус, возникающее в отношениях между людьми, когда их жизненные позиции не стыкуются.

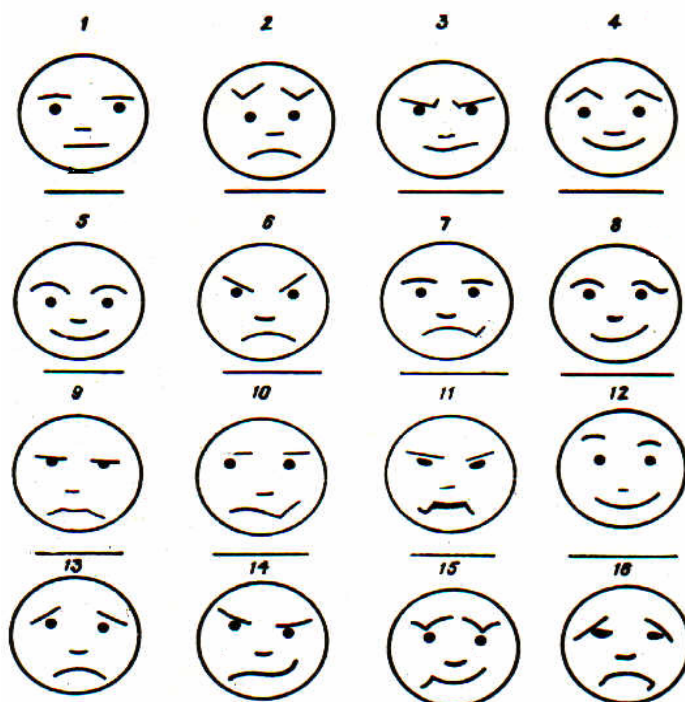
3. Положительное эмоциональное состояние, которое способствует развитию навыков, приобретению знаний и умений. Сильнейший мотив к обучению.

### Задание №5.

Из приведенного ниже словаря эмоциональных реакций подберите по одному названию к схематичным изображениям эмоциональных проявлений:

Скорбь	Рассерженность	Застенчивость
Безразличие	Уныние	Лукавство
Озадаченность	Удивление	Подавленность
Растерянность	Восторг	Подозрительность
Угрюмость	Веселье	Злость
Скепτικότητα	Ликование	Страх
Враждебность	Гнев	Разочарование
Печаль	Грусть	Ужас
		Испуг

### Знаком ли Вам язык мимики?





### Задание №6.

В психологии различают несколько видов чувств:

Моральные чувства – эмоциональное отношение личности к поведению людей и своему собственному.

Интеллектуальные чувства – переживания, возникающие в процессе умственной деятельности.

Эстетические чувства – чувства, возникающие и развивающиеся при восприятии и создании человеком прекрасного.

*Из перечисленных ниже чувств выберите относящиеся к каждой группе.*

- |                     |                         |
|---------------------|-------------------------|
| 1. Восхищение.      | 1. Ненависть.           |
| 2. Любовь к родине. | 2. Чувство патриотизма. |
| 3. Дружба.          | 3. Чувство долга.       |
| 4. Симпатия.        | 4. Совесть.             |
| 5. Чувство юмора.   | 5. Ирония.              |
| 6. Удивление.       | 6. Любопытство.         |
| 7. Привязанность.   | 7. Чувство прекрасного. |
| 8. Отчужденность.   |                         |

## Индивидуально-типологические особенности личности

### Задание №1.

Характер – индивидуальное сочетание устойчивых психических особенностей человека, обуславливающих типичный для данного субъекта способ поведения в определенных жизненных условиях и обстоятельствах.

Одна из наиболее полных классификаций характеров предложена немецким психиатром К. Леонгардом. В ней представлено 12 типов характера.

*Мы предлагаем Вам определить, какому типу личности (из правой колонки) соответствует каждое описание (из левой колонки).*

- |   |                         |
|---|-------------------------|
| 1. Это люди с гипертрофированным отношением к порядку и пунктуальности. Они очень аккуратны и добросовестны. Но в то же время, для них характерны такие черты как занудливость, формализм, неспособность к принятию самостоятельных решений, тревожность, неуверенность.  | А) застревающий тип     |
| 2. Они невероятно долго помнят обиды. Часто это борцы за какую-то идею: техническую или политическую. Для них характерны погруженность в прошлое и боевое настроение, желание «добиться правды» и наказать обидчика. Они очень честолюбивы.                               | Б) тревожный тип        |
| 3. Каждый день такой человек по поводу любых мелких событий испытывает страх и беспокойство. Он склонен недооценивать себя и переоценивать других.  | В) педантичный тип      |
| 4. Считается, что такой человек всегда носит «маску», никогда не говорит о себе всей правды. Как правило, это люди с живым темпераментом, способные приноровиться к любому так, чтобы произвести именно на него наилучшее впечатление. Из них получаются хорошие артисты. | Г) демонстративный тип. |

### Задание №2.

*Вам нужно заполнить данный личностный опросник от имени трех героев книги А.А Милн «Винни-Пух и все, все, все»:*

Винни-Пух  
Ослик Иа  
Кролик.

*Инструкция:*

*Тест состоит из ряда утверждений, касающихся отдельных сторон характера, а также мнений и чувств по поводу некоторых жизненных ситуаций. Чтобы оценить степень вашего согласия или несогласия с каждым из утверждений, используйте следующую шкалу:*

- + согласен,
- не согласен

Тест-опросник

1. Я больше надеюсь на удачу, чем опасюсь чего-то плохого.
2. Хоббиты – это вымышленные литературные герои, которые в природе не встречаются.
3. Я трачу больше времени на чтение специальной литературы, чем художественной.
4. Я больше люблю известные развлекательные игры, чем редкие игры, которые требуют мастерства.
5. Ослики сочиняют самые лучшие в мире сопелки и кричалки.
6. Я предпочитаю соревнования, где я точно выиграю, тем, где все участники равны по силам.
7. В свободное время я овладеваю какой-нибудь игрой для развития своих умений, а не для отдыха и развлечений.
8. Аксолотли также скорее не существуют, чем существуют.
9. Я работаю, не щадя сил, пока полностью не удовлетворюсь полученным результатом, и не стремлюсь закончить дело побыстрее и с меньшим напряжением.
10. Я не могу потерять хвост. Его могут только своровать.
11. Я выбираю дела рискованные, но предполагающие большие достижения, а не те, в которых мое положение не ухудшится, но и существенно не улучшится.
12. Зайцы – это дикие необузданные кролики.
13. При выполнении сложного дела я больше беспокоюсь о том, как бы не допустить ошибку, чем думаю о том, как правильно его сделать.
14. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-либо за помощью, чем мучиться самому.
15. Хоббиты – это не полурослики, а полудохлики.
16. Когда я берусь за трудное дело, я скорее опасюсь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.
17. Хоббиты – это не полудохлики, а полурослики.
18. Я лучше решу задание, когда мне конкретно указывают, что и как выполнять, чем когда передо мной ставят неопределенную задачу.
19. Если у меня что-то получается хорошо, то лучше я буду этим заниматься и дальше, чем пытаться делать что-то новое.

### Задание №3.

На автобусной остановке оказываются несколько мужчин, каждый из которых уже опаздывает на важную для него встречу.

Один из них, назовем его **А.**, гневно и громко критикует работу общественного транспорта, а также пассажиров, не желающих проходить в середину салона автобуса. У него напряженное лицо, он сильно волнуется, активно жестикулирует. Он понимает, что опаздывает, но продолжает ждать очередной автобус.

Другой, назовем его **Б.**, не проявляет явного беспокойства, однако страдальческое выражение лица показывает, что он очень переживает по поводу опоздания. Изредка он тяжело вздыхает и говорит сам себе: «Вот так всегда...»

Третий, назовем его **В.**, абсолютно спокоен, невозмутим, происходящее с **А.** и **Б.** его не касается. Он стоит немного в стороне и без видимого напряжения ожидает, когда подойдет автобус.

Четвертый **Г.**, сообразив, что в ближайшие 15-20 минут автобус не ожидается, решает добираться до места встречи на трамвае и отправляется на трамвайную остановку, расположенную поблизости. Происходящее его не очень огорчает.

Пятый **Д.** Порывист, взволнован, частенько поглядывает на часы, нервно ходит вперед-назад, и, всякий раз проходя мимо кого-нибудь из мужчин, пытается с ними заговорить. На его инициативу отзывается **А.**, и они начинают оживленно обсуждать сложившуюся ситуацию. В конце концов **Д.**, последовав примеру **Г.**, отправляется на трамвай.

*Опишите индивидуально-психологические особенности каждого из мужчин, используя приведенные ниже понятия:*

экстраверт, интроверт, эмоционально устойчивый, эмоционально неустойчивый, лабильный, ригидный, доминантный, покорный, склонный к риску, холерик, меланхолик, сангвиник, флегматик.

### Задание №4.

В структуре индивидуально-личностных свойств человека одной из наиболее важных характеристик является направленность личности как совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих ее деятельность. Выделяют три вида направленности личности:

**Направленность на себя** – характеризует человека с ослабленным вниманием к другим людям, решающего в деятельности прежде всего свои задачи, вопрос персонального престижа; учеба и работа для него – прежде всего, способ самоутвердиться.

**Направленность на взаимодействие** - характеризует человека, постоянно включенного в коммуникативную деятельность; для него главное - общение с другими людьми.

**Направленность на проблему** – характеризует человека, для которого сама деятельность является наибольшей потребностью; при выполнении задания он направлен на результат.

*Предположите, как будет отвечать на следующие вопросы человек с направленностью на себя:*

1. Если бы у меня было больше времени, мне бы хотелось использовать его для:
  - А) общения с друзьями;
  - Б) любимых дел и саморазвития;
  - В) беспечного отдыха.
2. В детстве мне нравилось:
  - А) играть со сверстниками;
  - Б) когда меня хвалили;
  - В) создавать строения из песка.
3. Человек должен вести себя так, чтобы:
  - А) другие были им довольны;
  - Б) не вызывать упреков и укоров;
  - В) задача, поставленная им перед собой была решена.

*Предположите, как будет отвечать на следующие вопросы человек с направленностью на взаимодействие:*

4. Лучшими друзьями я считаю тех:
  - А) с которыми хорошо строятся взаимные отношения;
  - Б) которые умеют больше, чем я;
  - В) на которых всегда можно положиться.
5. Я радуюсь, когда мои друзья:
  - А) помогают другим, если для этого представляется случай;
  - Б) всегда преданны, верны, надежны;
  - В) интеллигентны, и у них много интересов.
6. Максимальные достижения для меня возможны в случае, если:
  - А) я работаю с людьми, которые мне нравятся;
  - Б) выполняю работу, которая мне по душе;
  - В) мои усилия достаточно вознаграждаются.

*Предположите, как будет отвечать на следующие вопросы человек с направленностью на проблему:*

7. В спортивных играх мне хотелось бы, чтобы я был:
  - А) известным игроком;
  - Б) выбранным капитаном команды;
  - В) тренером, который разрабатывает тактику игры.
8. Мне бы хотелось прочесть книгу:
  - А) об искусстве ладить с людьми;
  - Б) о жизни знаменитого человека;
  - В) типа «Сделай сам».

9. При одинаковом вознаграждении для меня приятнее:

- А) выдумывать интересный конкурс;
- Б) победить в этом конкурсе;
- В) организовать и провести такой конкурс.

10. Мне бы хотелось:

- А) чтобы другие хотели дружить со мной;
- Б) помогать другим в общем деле;
- В) вызывать восхищение у других.

### **Задание №5.**

Перед Вами краткое описание основных типов темперамента.

Холерик. Это вспыльчивый, безудержный человек. Он подвижен, инициативен, но, в отличие от уверенного в себе сангвиника, самоуверен. Поэтому его идеи, подчас интересные, не додуманы до конца. Нетерпелив, и, если увлечется, его трудно остановить.

Ожидание способно вывести его из себя; неудачи – тоже, и он либо лихорадочно действует, либо впадает в апатию. Для него вообще характерно подобное непостоянство. То он слишком разговорчив – не остановить, то слова из него не вытянешь. Предсказать, как поведет себя холерик в новой ситуации, скоро ли освоится, очень трудно. Он быстро переходит от радости к печали, от смеха к гневу.

Стараясь как можно скорее получить результат, он начинает опережать события, суетиться. Не может дочитать интересный детектив, не взглянув в конец, чтобы узнать, чем все кончилось.

Движения быстрые, порывистые: не берет, а хватает, не кладет, а бросает. В любую минуту готов сорваться с места и куда-то мчаться. Схватывает информацию на лету, быстро запоминает, даже не успев осознать. В критические моменты может работать долго и неудержимо. В такие моменты его способность к концентрации всех сил очень высока.

Для этого психологического типа характерны частые срывы. Особенно тяжело переживается необходимость сдерживать свои чувства и чрезмерную активность. Он может научиться держать себя в руках, однако, нервные затраты при этом чересчур велики.

Сангвиник. Сильный тип, хорошо владеет собой, уравновешен, подвижен. Он производит впечатление человека решительного, оптимистичного, уверенного в собственных силах. Часто предлагает какие-то идеи и добивается их осуществления. Без труда приспосабливается к новой обстановке, в трудных ситуациях становится более собранным и целеустремленным, не теряя при этом чувства юмора.

Хорошо умеет сдерживать собственные эмоции. Речь быстрая, громкая, с живыми интонациями и мимикой. В детстве часто бывает вожаком среди сверстников, способным организовывать их на рискованные дела.

Легко вступает в контакты и повзрослев: он из тех, кого называют компанейским. Любит шутки и остроумие.

Его вкусы и интересы непостоянны. Если работа кажется неинтересной, то сангвинику сразу же становится скучно. Но зато, он упорен, если увлечется делом. Представителя этого типа можно назвать трудоспособным, но не всегда трудолюбивым. Его конек - организаторская деятельность. Профессию старается выбирать такую, которая связана с разнообразием условий, впечатлений, требует широкого диапазона способностей.

Флегматик. Спокоен и невозмутим, его уверенность основана на знаниях и расчете. Говорит в основном по делу, не любит пустословия. Ему не чужда предприимчивость, однако, предлагать новую идею он склонен только после тщательного взвешивания всех «за» и «против». Никакая неудача не способна вывести его из себя. Для него это вполне рядовые жизненные неприятности. Способен работать равномерно и долго, даже в неблагоприятных условиях. Прежде чем действовать, подумает о возможных помехах и о том, как их преодолеть.

Он – стратег, и постоянно сверяет свои действия с перспективой. Уравновешен, его трудно обидеть или вывести из себя. Умеет ждать. Его речь спокойна, без эмоций.

К новой обстановке приспосабливается медленно. Нередко долго колеблется, принимая решение. Но, в отличие от меланхолика, обходится без посторонней помощи.

Диапазон характеров флегматика довольно широк. В зависимости от среды и воспитания из него может вырасти и большой лентяй, и целеустремленный борец.

Меланхолик. Это слабый тип. Для него характерны нерешительность, неуверенность, трудности в принятии решений. Склонен к опасениям по поводу и без повода, с трудом вступает в контакты с незнакомыми людьми. Меланхолик пассивен, обидчив. Малейшая неприятность способна вывести его из равновесия. Голос у него тихий, речь замедленная. Предпочитает подчиняться правилам и авторитетам. Накануне каких-либо перемен в жизни волнуется, нередко понапрасну.

Он не боец и предпочитает плыть по течению. Если оказывается в трудных условиях, то ему нелегко справиться с новыми задачами. Он теряется, опускает руки, и в такие моменты ему очень нужны сочувствие и поддержка окружающих. Но ошибается тот, кто считает меланхолика ни на что не годным. Он отличный работник, когда для этого созданы необходимые условия, имеются четкие инструкции, а его самого поощряют и поддерживают.

Представителям этого типа темперамента противопоказаны сильные и долго действующие раздражители. Но такой недостаток окупается важным преимуществом – большой чувствительностью нервной системы. Склон-

ность к тревоге тоже имеет положительную сторону: меланхолик запаслив и предусмотрителен.

*Определите тип темперамента каждого из приведенных ниже персонажей.*

Снежная королева	Д'Артаньян
Винни-Пух	Петр I
Обломов	Маяковский В.
Хлестаков	Пьер Безухов
Манилов	Шрек
Татьяна Ларина	Остап Бендер
Незнайка	Атос
Ослик Иа	Раскольников
Буратино	Портос
Пятачок	Чацкий
Ольга Ларина	Наполеон
Трубадур	Карлсон
Пьеро	Принцесса Несмеяна
Арлекин	Эраст Фандорин
Наташа Ростова	Слоненок (38 попугаев)
Печорин	Удав (38 попугаев)
Человек в футляре	Кот Леопольд
Илья Муромец	Арамис

### **Задание №6.**

Американский психолог Э. Шостром, автор известной книги "Анти-Карнеги или Человек - манипулятор", выделил восемь основных манипулятивных типов характера. Для каждого из них он дал свое метафорическое название.

*Вам предстоит подобрать к каждому описанию характера правильное название из приведенных ниже.*

#### **Описание характеров:**

1. Он сильно преувеличивает свою силу, он доминирует, приказывает, цитирует авторитеты – делает все, чтобы управлять своими жертвами. Разновидности этого типа – Настоятельница, Начальник, Босс, Младшие Боги.
2. Он – жертва тех, кто относится к первому типу и их прямая противоположность. Он развивает большое мастерство во взаимодействии с ними. Он преувеличивает свою чувствительность. Его обычные приемы – забывать, не слышать, пассивно молчать. Его разновидности – Мнительный, Глупый, Хамелеон, Конформист, Слушающийся.
3. Этот тип преувеличивает необходимость все и всех контролировать. Он обманывает, увильчивает, лжет, старается, с одной стороны,



- перехитрить, с другой – перепроверить других. Разновидности: Делец, Аферист, Игрок в покер, Делатель рекламы, Шантажист.
4. Полнейшая противоположность третьему типу. Изо всех сил преувеличивает свою зависимость. Это личность, которая жаждет быть предметом забот; позволяет и исподволь заставляя других делать за него работу. Разновидности: Паразит, Нытик, Вечный Ребенок, Ипохондрик, Иждивенец, Беспомощный.
  5. Он преувеличивает свою агрессивность, жестокость, недоброжелательность. Управляет с помощью угроз различного рода. Разновидности: Оскорбитель, Ненавистник, Гангстер, Угрожающий.
  6. Преувеличивает свою заботливость, любовь, внимательность. Он убивает добротой. В некотором смысле, столкновение с ним куда труднее, чем с пятым типом. Вы не можете бороться с этим типом манипулятивного характера. Разновидности: Угодливый, Добродетельный, Моралист, Человек организации.
  7. Преувеличивает свою критичность. Он никому не верит, полон обвинений, негодования, с трудом прощает. Разновидности: Всезнающий, обвинитель, Обличитель, Собиратель улик, Позорящий, Оценщик, Заставляющий признать вину.
  8. Противоположность седьмому типу. Он чрезмерно подчеркивает свою поддержку и снисходительность к ошибке. Он «портит» других, сочувствуя сверх всякой меры, и отказывается позволить тем, кого защищает, встать на собственные ноги и вырасти самостоятельным. Разновидности: Наседка с цыплятами, Утешитель, Покровитель, Помощник, Самоотверженный.

Названия типов манипулятивного характера:

1. Судья
2. Хулиган
3. Калькулятор
4. Диктатор
5. Защитник
6. Славный парень
7. Прилипала
8. Тряпка.

### **Задание №7.**

Немецкий психиатр Э. Кречмер обратил внимание на то, что люди, имеющие сходные черты внешности и телосложения, часто оказываются похожи в поведении и чертах характера. Последующие наблюдения и эксперименты, проведенные Кречмером, позволили ему выделить три основных типа телосложения, для каждого из которых оказался характерен определенный набор личностных черт.

Вот эти типы:

Пикник (пикнический тип телосложения) - лицо широкое, кожа свежая, богатая вторичная растительность. Фигура плотная, приземистая, большой объем грудной клетки, плечи не широкие, грудная клетка расширена книзу, тучность, тенденция к отложению жира на стволочной части туловища, небольшие подвижные конечности, впечатление легкой полноты.

Астеник (астенический тип телосложения) - укороченная форма лица, удлиненный нос, богатая первичная растительность, борода, усы развиваются слабо. Фигура часто невысокая, но вытянутая; плечи, грудная клетка узкие, худощавость, слабо выраженная мускулатура.

Атлет (атлетический тип телосложения) - удлиненная форма лица, крупный нос, плотная, высокая шея. Высокая или средняя фигура, широкие плечи, развернутая грудь, сужающаяся внизу грудная клетка, развитая мускулатура, крупные конечности, богатая первичная растительность.

*Опираясь на свой жизненный опыт и наблюдения, составьте психологические характеристики людей, относящихся к выделенным Кречмером типам.*

### **Задание №8.**

**Трансактный анализ** – направление психологии, разработанное в 50-е годы американским психологом и психиатром Э. Берном, включающее:

1. Структурный анализ (теория Эго-состояний);
2. Собственно трансактный анализ деятельности и общения, основанный на понятии «трансакция» как взаимодействие Эго-состояний двух, вступающих в общение индивидов;
3. Анализ психологических «игр»;
4. Скриптоанализ (анализ жизненного сценария).

Под Эго-состоянием понимается актуальный способ существования Я субъекта. Выделяют три Эго-состояния: «Родитель», «Взрослый», «Ребенок». Вступая во взаимодействие, человек всегда находится в одном из них.

Эго-состояние «Родитель» обнаруживает себя в таких проявлениях, как контроль, запреты, требования, догмы, санкции, забота, опека, могущество. Оно содержит в себе нормы и предписания, некритически усваиваемые индивидом как в детстве, так и на протяжении всей жизни и диктующие ему линию поведения; содержит автоматизированные формы поведения, сложившиеся прижизненно, избавляющие от необходимости сознательно рассчитывать каждый шаг.

«Ребенок» содержит в себе аффективные комплексы (аффект – сильное, относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств), связанные с ранними впечатлениями и переживаниями. Различают Ребенка «естественного» (свободного) и «адаптивного». «Естественному Ребенку» свойственна склонность к веселью, живому движению, фантазии, импуль-

сивности и раскованности. «Адаптивный Ребенок» представлен такими разновидностями как «бунтующий» (против Родителя), «соглашающийся», «отчуждающийся».

Эго-состояние «Взрослый» включает в себя вероятностную оценку ситуации, рациональность, компетентность, независимость. Оно функционирует «здесь и теперь» и использует информацию, заложенную в Родителе и Ребенке как основу для принятия решения, а не как готовые схемы.

Один и тот же человек в разных жизненных ситуациях может проявляться то как Родитель, то как Взрослый, то как Ребенок.

*Определите, к каким Эго-состояниям относятся приведенные ниже фразы:*

1. Ты всегда разбрасываешь свои вещи.
2. Ну, я же не специально.
3. Ты ведешь себя как ребенок.
4. Давай разберемся, что можно сделать в этой ситуации.
5. Ты должен вовремя ложиться спать.
6. Я не хочу спать, я хочу гулять.
7. Ложись спать и ты увидишь интересные сны.
8. Быстро убирай игрушки!
9. Я не буду есть кашу.
10. Ты плохая и нехорошая, я не буду с тобой водиться.
11. Ты хочешь мне помочь убрать? Это очень хорошо.
12. Я кому сказала! Иди сюда!
13. Нельзя туда ходить!
14. Нужно немного еще подождать, а потом действовать.
15. Я больше не буду!
16. О вкусах не спорят. Сколько людей, столько и мнений.
17. Это безобразие: я плачу налоги, а государство не выполняет свои функции!

### **Задание №9.**

Состояние Я, в котором находится человек, проявляется в его поведении, жестах, мимике, интонациях, словах и выражениях.

**Родитель:** руки на бедрах, палец поднят в назидательном жесте, изображает на лице строгость, топает ногой, вздыхает, одобрительно похлопывает по плечу;

Поведение Родителя независимое, иногда агрессивное, иногда излишне заботливое, воспроизводит нормы, традиции, стереотипы.

Слова: «Запомни раз и навсегда!», «Никогда в жизни!», «Сколько раз повторять!», «Только попробуй!», «Всегда...», «никогда...»

**Взрослый:** анализ ситуации, понимание интересов других, корректность, сдержанность, открытый взгляд на жизнь.

Слова: сколько; каким образом; справедливо; верно; вероятно; правильно ли я понял, что...; на мой взгляд...

**Ребенок:** поведение прежде всего под влиянием эмоций, открытое выражение чувств; капризничает, вскипает от раздражения, строит глазки, заигрывает, дразнит, восторгается, хихикает, шмыгает носом, обижается, злорадствует, мечтает отомстить; зависимость, подчинение, неуверенность в себе, безответственность.

Слова: хочу; не буду; если бы я был...; все исправится; самый лучший; самый-самый; почему я?

Ниже приведен список из 15 жизненных ситуаций и явлений. На каждую ситуацию дано три формы поведения или реакции.

*Ваша задача заключается в том, чтобы определить, какому состоянию Я соответствует каждая реакция.*

1. Поздним вечером человек слышит у соседей за стеной громкую музыку и:
  - А) он подпевает и танцует под эту музыку;
  - Б) идет к соседям и просит, чтобы они уменьшили звук;
  - В) рано или поздно при случае дает им понять, что они поступили нехорошо.
2. Голос:
  - А) теплый и успокаивающий или строгий и поучающий;
  - Б) деловой и бесстрастный;
  - В) постоянно меняющийся: то веселый, то дрожащий, то робкий, то срывающийся.
3. Перед входом в театр выясняется, что человек забыл билеты. Его спутник:
  - А) вместе с ним придумывает выход из положения;
  - Б) выражает ему претензию либо утешает его;
  - В) разъярен или очень опечален.
4. Ребенок разбил чашку. Его мать:
  - А) опускает глаза или смеется;
  - Б) хмурит брови;
  - В) ее лицо никак не меняется.
5. Соседка просит человека, чтобы он в своей квартире спрятал подарок, предназначенный ее мужу. Человек:
  - А) соглашается, спросив при этом, а что там;
  - Б) нетерпеливо вскрывает упаковку;
  - В) думает, что каждый сам должен заботиться о своих делах.
6. Друзья предлагают человеку поехать на нудистский пляж. Он:
  - А) категорически отказывается;
  - Б) едет, если есть время;
  - В) спрашивает совета у своего партнера.

7. Для кого такие слова наиболее характерны:  
А) ох; ах; мне все равно; чудесно; благодарю;  
Б) должен; нужно; всегда; ребячество;  
В) объективно; возможно; правдоподобно.
8. Человек прощается со своей любимой у перехода. Через минуту он поворачивается, чтобы:  
А) посмотреть, перешла ли она на другую сторону;  
Б) помахать ей рукой;  
В) не поворачивается совсем.
9. Если мнение человека не совпадает с мнением его партнера, то:  
А) он сердится и обижается;  
Б) вступает в аргументированную дискуссию;  
В) всегда считает себя правым.
10. Человек принял душ и пролил воду в ванной. Он:  
А) удивляется и беспокоится;  
Б) с ним такого почти никогда не приключается;  
В) просто вытирает пол.
11. Человек выиграл крупную сумму денег. Он:  
А) во что-то их вкладывает;  
Б) тратит их на удовольствия;  
В) просто откладывает деньги.
12. Человек не переходит улицу на красный свет, потому что:  
А) считает, что может попасть под машину;  
Б) считает, что существуют такие правила, так положено;  
В) переходит, если машина далеко.
13. Человек оживленно беседует с друзьями. Его руки:  
А) лежат на бедрах;  
Б) не участвуют в разговоре;  
В) оживленно жестикулируют.
14. В отношениях с детьми человек:  
А) относится к ним, как к партнерам;  
Б) постоянно их воспитывает, поучает;  
В) скучает, если приходится заниматься ими долго.
15. Человек считает, что курение - это:  
А) либо большое удовольствие, либо нечто омерзительное;  
Б) личный выбор каждого человека;  
В) трата денег и угроза здоровью.

### Задание №10.

А. Маслоу вводит понятие самоактуализирующейся (от лат. *actualis* – деятельный) личности. В развитии индивида, если не происходит фиксации на базовых потребностях (физиологических, в безопасности, в принадлежности, в уважении), возникает возможность выхода на новый уро-

вень развития, на уровень самоактуализации. Самоактуализация понимается как тенденция к саморазвитию, самовыражению, раскрытию своего человеческого потенциала. Далее приводится список качеств личности.

*Ваша задача – предположить, какие из этих качеств являются отличительными чертами самоактуализирующейся личности.*

- |  |  |
|--|--|
| 1. Спонтанность поведения                          | 9. Самокритичность   |
| 2. Чувство юмора                                   | 10. Зрелость чувств  |
| 3. Физическая привлекательность                    | 11. Способность концентрироваться на проблеме                  |
| 4. Стеснительность                                 | 12. Общительность  |
| 5. Объективное восприятие реальности               | 13. Независимость  |
| 6. Лучшее принятие себя, других и окружающего мира | 14. Автономия, способность противостоять общественному влиянию |
| 7. Любовь к животным                               | 15. Демократичность в общении                                  |
| 8. Завышенная самооценка                           | 16. Креативность   |

## Социальная психология

### Задание №1.

Существует три стиля руководства: «авторитарный», «демократический» и «попустительский». Вам будут предложены характеристики различных стилей руководства.

*Определите, к какому стилю относится каждая из характеристик.*

- |  |   |
|--|---|
| 1) деловые, краткие распоряжения                                 | 11) мнение руководителя не обсуждается                            |
| 2) дела в группе идут сами собой                                 | 12) позиция лидера – незаметно в стороне от группы                |
| 3) лидер не дает указаний  | 13) позиция лидера - вне группы                                   |
| 4) все разделы работы не только предполагаются, но и обсуждаются | 14) не сухая речь, а товарищеский тон                             |
| 5) инструкция в форме предложений                                | 15) запреты без снисхождения, с угрозой                           |
| 6) похвала и порицания субъективны                               | 16) четкий язык, неприветливый тон                                |
| 7) эмоции не принимаются в расчет                                | 17) за реализацию предложений отвечают все                        |
| 8) позиция лидера – внутри группы                                | 18) голос руководителя – решающий                                 |
| 9) похвала и порицание – с советами                              | 19) определяются лишь непосредственные цели, дальние – неизвестны |
| 10) отсутствие похвалы и порицания                               | 20) дела в группе планируются при участии коллектива              |

### Задание №2.

Ниже перечислены виды психологического влияния.

*Вам нужно найти соответствие терминов и их определений.*

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 1. Убеждение        | а) способность вызывать стремление быть подобным себе  |
| 2. Самопредъявление | б) сознательное, неаргументированное воздействие на человека или группу людей, имеющее своей целью изменение их состояния, отношения к чему-либо и предрасположенности к определенным действиям. |

- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| 3. Внушение                           | c) Требование выполнять распоряжения инициатора, подкрепляемое открытыми или подразумеваемыми угрозами.   |
| 4. Заражение                          | d) открытое предъявление свидетельств своей компетентности и квалификации для того, чтобы быть оцененным по достоинству и получить преимущества при отборе кандидатов.  |
| 5. Формирование благосклонности       | e) сознательное, аргументированное воздействие на другого человека или группу людей, имеющее своей целью изменение их суждения, отношения, намерения или решения.   |
| 6. Просьба                            | f) умышленное невнимание, рассеянность по отношению к партнеру, его высказываниям, действиям.   |
| 7. Принуждение                        | g) передача своего состояния или отношения другому человеку или группе людей, которые каким-то образом перенимают это состояние или отношение.  |
| 8. Манипуляция                        | h) обращение к адресату с призывом удовлетворить потребности или желания инициатора воздействия.  |
| 9. Игнорирование                      | j) развитие у адресата положительного отношения к себе.   |
| 10. Пробуждение импульса к подражанию | k) скрытое от адресата побуждение его к переживанию определенных состояний, изменению отношения к чему-либо, принятию решений и выполнению действий, необходимых для достижения инициатором своих собственных целей |

### Задание №3.

Традиционно в психологии выделяют пять стратегий поведения в конфликте:

- a) избегание
- b) сотрудничество

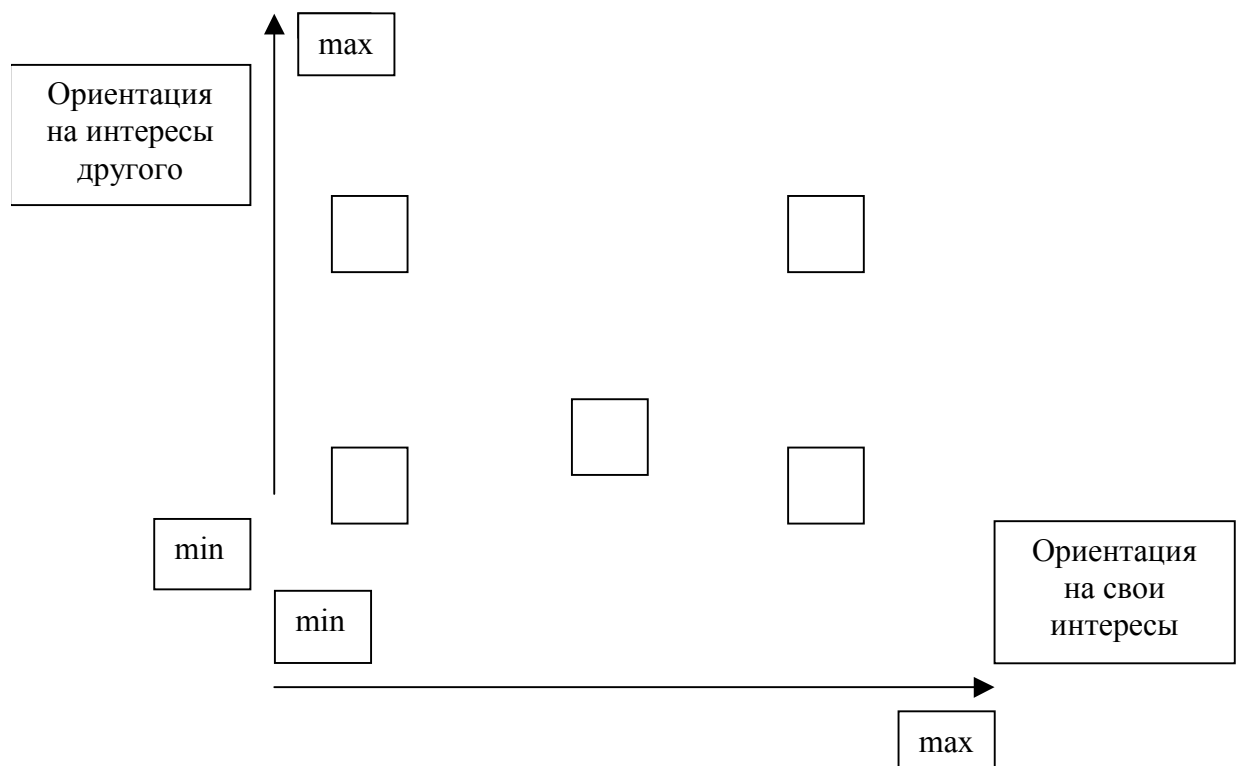


- с) соперничество
- д) компромисс
- е) альтруизм

*Определите, какую из этих стратегий реализует человек, которому принадлежит каждое из приведенных ниже высказываний:*

1. Если это сделает другого человека счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.
2. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
3. Я делаю все возможное чтобы ситуация не была напряженной.
4. В споре обе стороны должны идти на уступки.
5. Я стараюсь отложить все спорные вопросы, чтобы со временем решить их окончательно.
6. Улаживая спор, я всегда стремлюсь найти поддержку у своего оппонента.
7. Думаю, не всегда стоит волноваться из-за каких-то там разногласий.
8. Я пытаюсь аргументировано доказать свою правоту.
9. В споре всегда занимаю такую позицию, чтобы мы совместно могли добиться успеха.
10. Я обычно предлагаю среднюю позицию.

*Найдите место каждой из данных пяти стратегий поведения в конфликтной ситуации в системе координат:*



#### Задание №4.

Существующие в настоящее время профессии можно разделить на несколько типов. Выделяют следующие типы профессий:

1. «человек – техника»
2. «человек – человек»
3. «человек – природа»
4. «человек – знаковая система»
5. «человек – художественный образ».

*Определите, к какому типу профессий относятся следующие:*

- |                          |   |
|--------------------------|---|
| 1) производство металлов | 12) лесник                              |
| 2) продавец              | 13) чертежник                           |
| 3) рыбовод               | 14) витражист                           |
| 4) инженер-наладчик      | 15) топограф                            |
| 5) токарь                | 16) музыкант                            |
| 6) сборщик часов         | 17) журналист                           |
| 7) учитель               | 18) экономист                           |
| 8) фельдшер              | 19) корректор                           |
| 9) экскурсовод           | 20) ковровщица                          |
| 10) цветовод             | 21) кондуктор в общественном транспорте |
| 11) психолог             | 22) математик                           |

#### Задание №5.

Все знают, какую важную роль играет общение в отношениях между людьми. Обычно принято считать, что общение - это обмен информацией с помощью слов. На самом деле, кроме речевых высказываний люди выражают свое эмоциональное отношение к собеседнику, причем часто сами не замечают этого. Делают они это с помощью жестов, мимики, позы тела, интонации голоса и т.п.

*Вам предлагается по описанию таких неречевых «высказываний» отгадать, какое эмоциональное состояние они выражают, и выбрать из трех предложенных ответов один правильный.*

1. Голова наклонена вниз, рука прижата к щеке, спина сутулая, между бровей складка.
  - А) обида;
  - Б) горе;
  - В) злость.
2. Палец руки прижат к губам, глаза приопущены вниз.
  - А) застенчивость;
  - Б) безразличие;
  - В) сомнение в услышанном.

3. Голова наклонена в сторону и назад, веки и брови слегка приподняты, уголки губ опущены, руки подпирают подбородок.
  - А) скука;
  - Б) интерес;
  - В) удивление.
4. Голова приопущена вниз, взгляд изподлобья, губы сжаты, руки уперты в бока, корпус тела подан вперед.
  - А) скорбь;
  - Б) гнев;
  - В) тоска.
5. Рот слегка приоткрыт, глаза расширены, брови приподняты, корпус тела направлен в сторону собеседника, ладони раскрыты также в сторону собеседника.
  - А) зависть;
  - Б) презрение;
  - В) интерес.

#### **Задание №6.**

Один из известнейших психологов 20-го столетия К. Левин провел эксперимент: он организовал три группы подростков, которые выполняли одну и ту же деятельность, например, вырезали театральные маски. Во всех группах был один и тот же экспериментатор – руководитель, который создавал различную атмосферу деятельности: в 1-й группе – автократическую (все решает лидер); во 2-й - демократическую (решения принимаются совместно с группой); в 3-й - попустительскую (каждый делает, что хочет).

*Как Вы думаете, какая группа была быстрее всех в выполнении задания? Какая группа качественнее всех сделала задание?*

## Возрастная психология

Одно из главных профессиональных качеств психолога – наблюдательность, умение выявлять психологические особенности и закономерности различных возрастных периодов. В предлагаемом ниже опроснике содержатся высказывания относительно подросткового и юношеского возраста.

*С каждым высказыванием вы можете либо согласиться, либо не согласиться.*

Подразумевается, что подростки – это учащиеся средних классов школы, примерно с 11 лет; юноши – молодые люди в возрасте от 17 до 21 года; взрослые – люди в возрасте от 25 лет.

1. Поверхностность – характерная черта юношей.
2. По сравнению со взрослыми, юноши более склонны к теоретизированию.
3. Если юноши в большей степени думают о действительности – о том, что уже есть, то взрослые выносят на первый план возможное – то, что ожидается в будущем.
4. Юношескому возрасту присуща категоричность суждений.
5. Взрослые в большей степени, чем юноши, склонны к поиску общих принципов и законов поведения людей.
6. Юноши склонны преувеличивать уровень своих знаний и переоценивать уровень своих умственных возможностей.
7. К подросткам в большей степени, чем к юношам, нужен индивидуальный подход в обучении и воспитании.
8. Повышенная эмоциональная возбудимость и эмоциональная напряженность – характерные черты подросткового возраста.
9. Чувство юмора возникает и проявляется скорее в подростковом возрасте, чем в юношеском возрасте.
10. Подростки в большей степени, чем юноши, склонны к «праздным» разговорам и спорам об отвлеченных предметах.
11. Среди взрослых меланхолики встречаются чаще, чем среди юношей.
12. В произведениях художественной литературы юношей больше интересуют реальные поступки и события, чем мысли и чувства действующих лиц.
13. Подросткам в большей степени, чем юношам, свойственно подчеркивать свои отличия от других людей.
14. «Чувство одиночества» – характерное переживание юношеского возраста.
15. Субъективная скорость течения времени с возрастом заметно замедляется.

16. Особенности своей внешности и своего физического развития больше волнуют юношей, чем подростков.
17. Чувство неудовлетворенности собой у юноши тем выше, чем ниже уровень его интеллектуального развития.
18. Жалобы на недостаточно развитые волевые качества (на неустойчивость, подверженность влиянию и т.д.) – характерная черта юношеской самооценки.
19. Подростки ценят в педагоге его «человеческие качества» (сердечность, способность к сопереживанию и т.д.) выше, чем его профессиональную компетентность.
20. Юноши склонны предъявлять максимальные требования к коллективу.
21. Юноши обычно выше оценивают степень своего контакта с педагогом, чем сами педагоги.
22. Трудности коммуникативного характера у юношей проявляются в большей степени, чем у подростков и взрослых.
23. Юноши обычно больше интересуются музыкой, чем художественной литературой.
24. Стремление провести свою жизнь в соответствии с теми или иными правилами в большей степени присуще взрослым, чем юношам.

## Литература

1. Березин С.В., Турусова О.В. Общая психология: учебное пособие. – Самара, изд-во «Самарский университет», 1994.
2. Березин С.В., Шапатина О.В., Кутьина А.А. Человек и общество. Самара, изд-во «Самарский университет», 1998.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы: пер.с англ. / Общ. ред. М.С. Мацковского; Послесловие Л.Г. Ионина и М.С. Мацковского. – СПб: Лениздат, 1992.
4. Годфруа Ж. Что такое психология. В 2-х томах; т. 1,2: пер. с франц. – М: Мир, 1992.
5. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. – 3-е изд. с изм. и доп. - СПб.: Свет, 1997.
6. Общая психология: учебник для студентов педагогических институтов./ А.В. Петровский, А.В. Брушлинский, В.П. Зинченко и др.; под ред. А.В. Петровского. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1986.
7. Популярная психология: хрестоматия: учебное пособие для студентов педагогических институтов / сост. В.В. Мироненко. – М.: Просвещение, 1990.
8. Психология. Словарь / под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990.
9. Таратунский Ф.С., Таратунская Н.Ф. Задачи и упражнения по общей психологии: учебное пособие для педагогических институтов. – Минск: изд-во «Университетское», 1988.
10. Хрестоматия по психологии: учебное пособие для студентов педагогических институтов / сост. В.В. Мироненко; под ред. А.В. Петровского. 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1987.

## Содержание

Введение .....	3
Общая психология.....	8
Познавательные процессы.....	28
Эмоциональные процессы.....	30
Индивидуально-типологические особенности личности.....	34
Социальная психология.....	47
Возрастная психология .....	52
Литература .....	54

**Сергей Викторович Березин  
Мария Евгеньевна Серебрякова**

**ОЛИМПИАДА ПО ПСИХОЛОГИИ**  
*(практикум по психологии)*

*пособие для абитуриентов, поступающих  
на психологический факультет*

Печатается в авторской редакции  
Компьютерная верстка, макет В.И. Никонов

Подписано в печать 23.01.06  
Гарнитура Times New Roman. Формат 60x84/16. Бумага офсетная. Печать оперативная.  
Усл.-печ. л. 3,5. Уч.-изд. л. 2,16. Тираж 300 экз. Заказ № 387  
Издательство «Универс-групп», 443011, Самара, ул. Академика Павлова, 1

Отпечатано ООО «Универс-групп»