

Учреждение образования
«Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь»

СОГЛАСОВАНО

Временно исполняющий обязанности
по должности начальника центра
психологического обеспечения
Министерства внутренних дел
Республики Беларусь
подполковник милиции

О.Ю.Ванюшина

17.06.2024

УТВЕРЖДАЮ

Начальник учреждения
образования «Академия
Министерства внутренних дел
Республики Беларусь»
генерал-майор милиции

А.П.Васильев

05.07.2024

Регистрационный № 22/24

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

специальности переподготовки

9-09-1032-03 Практическая психология в сфере правоохранительной
деятельности

квалификация: Специалист

в соответствии с примерным учебным планом
по специальности переподготовки,
утвержденным 31.05.2023, № 25-13/13

Минск 2024

Разработчик программы:

Н.А. Дубинко, профессор кафедры психологии и педагогики учреждения образования «Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь», кандидат психологических наук, доцент

Рекомендована к утверждению:

Кафедрой психологии и педагогики учреждения образования «Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь»

Протокол заседания от 12.06.2024 № 14;

Научно-методическим советом учреждения образования «Академия Министерства внутренних дел Республики Беларусь»

Протокол заседания от 18.06.2024 № 12

ВВЕДЕНИЕ

Учебная дисциплина «Общая психология» разработана с целью реализации образовательных программ переподготовки руководящих работников и специалистов, имеющих высшее образование, в соответствии с образовательным стандартом и примерным учебным планом по специальности переподготовки 9-09-1032-03 «Практическая психология в сфере правоохранительной деятельности».

Цель преподавания учебной дисциплины «Общая психология» – формирование у слушателей системы знаний о психических процессах, психических свойствах и состояниях личности, методах, изучающих индивидуально-психологические особенности личности, создание основы для развития наблюдательности и эффективного взаимодействия.

Задачи обучения:

ознакомить с концептуальными подходами в общей психологии, которые обеспечивают понимание научных категорий психики и сознания, процессов психической регуляции, поведения и деятельности личности;

научить комплексно использовать теоретические знания о психических явлениях, закономерностях и механизмах их формирования и развития психики и поведения личности;

сформировать в сознании обучающихся умение оперировать психологическими понятиями, анализировать психические явления; психические процессы и учитывать их особенности при осуществлении профессиональной деятельности.

Методами изучения дисциплины являются: словесные (проведение лекционных, семинарских занятий, организация тематических бесед по проблемным вопросам изучаемых тем и др.), наглядные (иллюстрация, демонстрация и др.), практические и проблемно-поисковые (проведение практических занятий, учебных дискуссий, эвристических бесед и др.), методы самостоятельной работы и работы под руководством преподавателя.

Средствами изучения учебной дисциплины являются: компьютерные презентации, учебно-методические материалы, учебные пособия, дополнительная литература, информационно-справочные и дидактические материалы.

Требования к результатам обучения в рамках учебной программы «Общая психология» определены образовательным стандартом Республики Беларусь по переподготовке руководящих работников и специалистов, имеющих высшее образование, специальности 9-09-1032-03 Практическая психология в сфере правоохранительной деятельности (квалификация: специалист).

По окончании изучения учебной дисциплины «Общая психология» слушатель должен:

знать принципы и методы общей психологии;

знать виды психических явлений, закономерности и механизмы их формирования и развития;

уметь различать психические свойства, процессы и состояния и учитывать их особенности при осуществлении профессиональной деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Наименования разделов, модулей, дисциплин, тем и форм текущей, промежуточной аттестации	Количество учебных часов									самостоятельная работа	Этапы	Кафедра
	Всего	Распределение по видам занятий										
		аудиторные занятия										
		лекции	практические занятия	семинарские занятия	круглые столы, тематические дискуссии	лабораторные занятия	деловые игры	тренинги				
Всего по дисциплине	108	18	16	14	2		4		54	1 этап	Кафедра психологии и педагогики	
Тема 1. Исторические этапы становления психологии как науки	10	2		2					6			
Тема 2. Понятие о психике. Природа и механизмы психических явлений.	12	2	2	2					6			
Тема 3. Основные понятия психологической теории деятельности	12	2	2		2				6			
Тема 4. Методы психологических исследований	10	2	2						6			
Тема 5. Психические процессы. Сенсорно-перцептивная деятельность психики.	12	2	2	2					6			
Тема 6. Психические процессы. Высшие психические функции психики	12	2	2	2					6			
Тема 7. Эмоциональные и волевые процессы личности	12	2	2	2					6			
Тема 8. Психические состояния и их характеристика	16	2	2	2			4		6			
Тема 9. Психические свойства личности	12	2	2	2					6			
Форма текущей аттестации	Контрольная работа по темам 8-9									1		
Форма промежуточной аттестации по учебной дисциплине	Экзамен									2		

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Исторические этапы становления психологии как науки

Лекция – 2 часа

Семинарское занятие – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Исторические этапы становления психологии как самостоятельной науки. Основные этапы развития психики. Представления античных и средневековых философов о душе и сознании. Житейская психология как основа донаучных психологических знаний. Полемика о первичности материального и нематериального. Учение о душе Аристотеля. Метод интроспекции и проблема самонаблюдения. Бихевиоризм как наука о поведении. Становление отечественной психологии. Труды советских психологов в 1930-60-е гг. Современные психологические школы. Основные отрасли психологии.

Вопросы для семинарского занятия

1. Экспериментальные исследования в рамках бихевиоризма
2. Роль трудов И. П. Павлова для развития психологической мысли в России.
3. Психологические школы С.Л. Рубинштейна, Л. С. Выготского, А. Р. Лурии.

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Представления античных и средневековых философов о душе и сознании.
2. Житейская психология как основа донаучных психологических знаний.
3. Ощущения как результат «взаимодействия атомов души и атомов окружающих вещей». Понятие об «энтелехии».

Тема 2. Понятие о психике. Природа и механизмы психических явлений

Лекция – 2 часа

Семинарское занятие – 2 часа

Практическое занятия – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Сущность, объект и предмет психологии. Понятие о психике. Природа и механизмы психических явлений. Функции психики, структура психического, роль его компонентов в жизнедеятельности человека. Свойства высшей нервной деятельности. Способы регуляции поведения личности. Изменение психологии поведения людей под влиянием условий их

жизни. Особенности психического отражения. Сознание как высший уровень психического отражения и саморегуляции. Понятие бессознательного. Структура психических явлений.

Вопросы для семинарского занятия

1. Сознание как общественный продукт развития личности.
2. Активность как основная характеристика сознания.
3. Неосознаваемые психические явления.

Практическое занятие.

В ходе проведения практического занятия преподаватель осуществляет обсуждение со слушателями по вопросам.

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Определение психологии как науки.
2. Принципы общей психологии.
3. Рефлексия и мотивационно-ценностный характер сознания.

Тема 3. Основные понятия психологической теории деятельности

Лекция – 2 часа

Практическое занятия – 2 часа

Круглый стол – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Понятие деятельности. Основные принципы психологической теории деятельности. Взаимосвязь и взаимообусловленность психики и деятельности. Структура деятельности. Действие как центральный компонент деятельности. Основные характеристики действия. Понятие об операциях. Автоматические действия и навыки. Потребности и мотивы деятельности. Потребность как исходная форма активности живых организмов. Основные этапы формирования и развития потребности. Мотив деятельности. Ведущий мотив и мотивы-стимулы. Неосознаваемые мотивы: эмоции и личностный смысл.

Практическое занятие

В ходе проведения практического занятия выполняется социально-психологический анализ собственной деятельности по критерию.

Вопросы круглого стола

В ходе проведения круглого стола преподаватель осуществляет обсуждение со слушателями по основным вопросам:

1. Взаимосвязь и взаимообусловленность психики и деятельности.
2. Специфика деятельности человека.

3. Мотивационно-потребностные аспекты деятельности (потребности, мотивы, эмоции, личностный смысл).

4. Операционально-технические аспекты деятельности (действия, операции).

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Навыки, умения, привычки.
2. Виды деятельности: игра, учение, труд.
3. Внешняя и внутренняя деятельность.

Тема 4. Методы психологических исследований

Лекция – 2 часа

Практическое занятие – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Общее, представление о методах научного исследования. Основные группы психологических методов: объективные и субъективные. Основные субъективные методы психологии: наблюдение, включенное наблюдение, опрос (письменный, устный, свободный). Субъективные методы количественной оценки психических явлений. Основные типы психологических тестов. История создания тестов. Проективные тесты и эксперимент (лабораторный, естественный). Общее представление о методах моделирования.

Практическое занятие

В ходе проведения практического занятия выполняются задания по определению основных методов психологического исследования.

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Метод беседы и его особенности применения в практике работы в ОВД
2. Методологические принципы психологического исследования.
3. Методики изучения психических явлений.

Тема 5. Психические процессы. Сенсорно-перцептивная деятельность психики

Лекция – 2 часа

Семинарское занятие – 2 часа

Практическое занятия – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Общее место и роль познавательных психических процессов в жизни человека. Ощущение: виды, основные свойства и характеристики. Общее представление о классификациях ощущений. Свойства ощущений: качество, интенсивность, длительность, пространственная локализация. Пороги ощущений. Сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений. Общая характеристика восприятия. Восприятие как сложный перцептивный процесс. Виды и свойства восприятия, их характеристика. Классификация по форме существования материи: пространство, время, движение. Восприятие движения и времени. Теория восприятия в гештальтпсихологии.

Вопросы для семинарского занятия

1. Классификация ощущений по модальности. Развитие ощущений.
2. Интерорецептивные, проприорецептивные и экстерорецептивные ощущения.
3. Индивидуальные различия в восприятии.
4. Понятие о временных отрезках. Факторы, определяющие особенности восприятия времени.

Практическое занятие

Использование диагностических опросников с целью изучения особенностей восприятия

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Генетическая классификация ощущений.
2. Классификация ощущений Б. М. Теплова. Понятие о модальности ощущений.
3. Взаимоотношение целого и части в восприятии.
4. Механизмы ориентации в пространстве.

Тема 6. Психические процессы. Высшие психические функции психики

Лекция – 2 часа

Семинарское занятие – 2 часа

Практическое занятия – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Понятие о высших психических функциях психики. Память как психический процесс. Виды, процессы и механизмы памяти. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание и забывание. Понятие о мышлении как высшем психическом познавательном процессе. Основные виды и формы мышления: понятие, суждение, умозаключение, рассуждение. Виды умственных операций. Творческое мышление и воображение. Виды

воображения. Индивидуальные особенности развития воображения. Мышление и речь. Виды внимания: непроизвольное, произвольное, послепроизвольное.

Вопросы для семинарского занятия

1. Индивидуальные особенности развития воображения
2. Проблема памяти в гештальтпсихологии. Квазипотребность.
3. Характеристика мыслительной деятельности
4. Эмоциональный интеллект.

Практическое занятие

Проведение диагностики по определению развитию высших психических функций у испытуемых.

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Виды и формы мышления: понятийное, образное, наглядно-действенное.
2. Виды умственных операций: индукция, дедукция, анализ, синтез, абстракция, сравнение, обобщение, конкретизация.
3. Теории и концепции, рассматривающие феномен внимания.
4. Характеристика послепроизвольного внимания.

Тема 7. Эмоциональные и волевые процессы личности

Лекция – 2 часа

Семинарское занятие – 2 часа

Практическое занятия – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Понятие об эмоциях. Отличие эмоций от чувств. Виды эмоций и функции эмоций. Высшие чувства. Закономерности формирования высших чувств. Роль эмоций в регуляции поведения. Индивидуальные различия в эмоциональных проявлениях. Нервно-психическая устойчивость. Общая характеристика воли. Мотивационные аспекты волевых действий. Простые и сложные волевые действия. Общая характеристика волевых действий. Произвольные и непроизвольные движения. Особенности произвольных движений и действий. Характеристики волевых действий.

Вопросы для семинарского занятия

1. Виды эмоций: положительные, отрицательные, стенические, астенические.
2. Распознавание эмоций, основные характеристики эмоций.
3. Основные волевые качества личности и их формирование.

Практическое занятие.

Проведение практических упражнений, направленных на развитие умений интерпретации данных тестовых шкал.

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Соотношение понятий «эмоции» и «чувства», амбивалентность эмоций
2. Содержание структурных компонентов волевых действий.
3. Соотношение волевого усилия и решительности.
4. Основные этапы развития воли, роль сознательной дисциплины в формировании воли.

Тема 8. Психические состояния и их характеристика

Лекция – 2 часа

Семинарское занятие – 2 часа

Практическое занятия – 2 часа

Деловая игра – 4 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Общее представление о функциональном состоянии организма. Факторы, обуславливающие функциональное состояние и состояние психики. Понятие психического состояния. Классификации психических состояний. Понятие об уровнях функционирования физиологической системы. Критерии оценки функционального состояния. Типичные функциональные состояния. Классификация психического стресса, его стадии. Пограничные состояния и адаптация. Адаптационный барьер. Фрустрация. Аффект. Регуляция эмоциональных состояний сотрудников органов внутренних дел.

Вопросы для семинарского занятия

1. Эмоциональные состояния.
2. Регуляция и саморегуляция психических состояний.
3. Приемы эмоциональной регуляции.

Практическое занятие.

Проведение практических (тренинговых) упражнений, направленных на развитие умений, установления коммуникативного контакта, распознавания эмоций, оказания помощи в острых стрессовых ситуациях.

Сценарий деловой игры

Цель: - знакомство с некоторыми видами проявления эмоций человека; - овладение навыками «выравнивания» эмоционального состояния своего и партнера; - понимание механизмов межличностного восприятия людьми друг друга и восприятие самого себя.

Учебные цели занятия:

- развить навык в распознавании эмоций собеседника при общении и взаимодействии в группе;
- проанализировать эффективность своих волевых процессов при действии в нестандартной ситуации;
- совместно обсудить стратегии эффективного взаимодействия в экстремальных ситуациях.

Содержание деловой игры.

Этап 1. Развитие навыка в распознавании эмоций собеседника при общении и взаимодействии в группе.

Включается тренажер эмоций, где на экране демонстрируется человек, выражающий определенную эмоцию.

Тренажер содержит 200 фотографий лиц разного пола, возраста и расовой принадлежности, работающий в разных скоростных режимах показа заданий и ответов.

1-й этап обучающий:

- показ картинки длится 5 минут. Слушатели записывают в конспекте увиденную эмоцию и объясняют свое решение. Организуется дискуссия.

2-й этап закрепляющий:

- показ картинки длится 1 минуту. Слушатели записывают в конспекте увиденную эмоцию и объясняют свое решение. При спорных моментах идет обсуждение.

3-й этап контрольный:

- показ картинки длится 1 секунду. В контрольном варианте 10 заданий демонстрируются последовательно. Слушатели записывают в конспекте 10 увиденных эмоций. Преподаватель спрашивает конкретного слушателя, который зачитывает свои результаты, и объясняет свое решение. Если есть другие результаты, то по спорным вопросам идет обсуждение.

4-й этап итоговый:

- показ картинки длится 0,5 секунд. В итоговом варианте 10 заданий демонстрируются последовательно (слайд-шоу). Слушатели записывают в контрольных листах 10 увиденных эмоций. По завершении слушатели сдают свои работы.

По итогам 4-го этапа преподаватель по спорным вопросам дает разъяснения и зачитывает результаты.

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Роль центральной нервной системы как механизм управления функциональным состоянием организма.
2. Субъективная и объективная сторона функционального состояния.
3. Личностный принцип регуляции состояний.
4. Основные типы стресса.

Тема 9. Психические свойства личности

Лекция – 2 часа

Семинарское занятие – 2 часа

Практическое занятия – 2 часа

Самостоятельная работа – 6 часа

Темперамент и способности как психические свойства личности. Психологические характеристики темперамента. Физиологическая основа темперамента. Концепции исследования типов темперамента. Виды способностей уровни их развития. Врожденные задатки и генотип. Общие и специальные способности. Биосоциальная природа способностей. Гениальность и одаренность. Классификация профессиональной пригодности и профессий. Особенности соотношения темперамента и характера в деятельности сотрудников органов внутренних дел.

Вопросы для семинарского занятия

1. Конституционные теории темперамента
2. Психологические особенности проявления темперамента по И. П. Павлову
3. Основные этапы развития способностей

Практическое занятие

Проведение практических упражнений, направленных на формирование умений прогнозировать психологический профиль испытуемого.

Вопросы для самостоятельной работы

Обучающиеся должны изучить и проанализировать следующие вопросы:

1. Темперамент, учет его особенностей в работе с испытуемым.
2. Соотношение способностей и успешности деятельности.
3. Сенситивные периоды для развития задатков.

ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕРКЕ РЕЗУЛЬТАТОВ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

В результате самостоятельной работы при освоении учебной дисциплины обучающийся должен изучить вопросы, выносимые для самостоятельного изучения, знать их содержание и уметь использовать при выполнении задач практической деятельности.

Требования к проверке результатов самостоятельной работы.

Контроль самостоятельной работы и оценка ее результатов организуется как единство двух форм:

самоконтроль и самооценка обучающегося;

контроль и оценка со стороны преподавателя.

В качестве форм и методов контроля самостоятельной работы слушателей могут быть использованы фронтальные опросы на семинарских и практических занятиях, круглые столы, экзамен, тестирование.

Критериями оценки результатов самостоятельной работы являются:

уровень и полнота освоения учебного материала;

умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

обоснованность и четкость изложения ответов по темам и вопросам, определенным для самостоятельного изучения слушателями.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ
(задания для контрольных работ)

Вариант 1

Вопросы

1. Субъективная и объективная сторона функционального состояния.
2. Темперамент, учет его видов в работе с испытуемым.

Вариант 2

Вопросы

1. Личностный принцип регуляции состояний.
2. Темперамент и типы высшей нервной деятельности.

Вариант 3

Вопросы

1. Регуляция и саморегуляция психических состояний.
2. Понятие о характере и его типология.

Вариант 4

Вопросы

1. Субъективная и объективная сторона функционального состояния.
2. Индивидуальные особенности характера.

Вариант 5

Вопросы

1. Роль центральной нервной системы как механизм управления функциональным состоянием организма.
2. Концепции исследования типов темперамента.

Вариант 6

Вопросы

1. Приемы эмоциональной регуляции.
2. Соотношение темперамента и способностей

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
(вопросы к экзамену)

1. Этапы становления психологии как науки.
2. Принципы и методы общей психологии.
3. Понятие психики. Особенности психического отражения.
4. Основные задачи психологии на современном этапе.
5. Понятие бессознательного.
6. Психологическая категория деятельности
7. Взаимосвязь и взаимообусловленность сознания и деятельности.
8. Мотивационно-потребностные аспекты деятельности.
9. Внимание, его роль в условиях профессиональной деятельности.
10. Восприятие и его свойства.
11. Виды внимания: непроизвольное, произвольное, послепроизвольное.
12. Свойства внимания: устойчивость, избирательность, переключение, концентрация, объем, распределение, колебание, направленность.
13. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание и забывание.
14. Память и способы ее развития в условиях профессиональной деятельности.
15. Виды памяти.
16. Понятие о мышлении как высшем психическом познавательном процессе.
17. Виды мышления: понятийное, образное, наглядно-действенное.
18. Мыслительные операции: индукция, дедукция, анализ, синтез, абстракция, сравнение, обобщение, конкретизация.
19. Мышление и речь.
20. Виды эмоций и их распознавание.
21. Эмоциональные состояния.
22. Регуляция психических состояний.
23. Роль центральной нервной системы как механизм управления функциональным состоянием организма.
24. Стадии стресса, основные типы стресса.
25. Понятие о воле, ее значении в организации и регуляции поведения и деятельности.
26. Темперамент, учет его видов в работе с испытуемым.
27. Темперамент и типы высшей нервной деятельности.
28. Способности и задатки.
29. Способности, навыки, умения.
30. Саморегуляция психических состояний.
31. Характер, типологии и диагностика.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

1. Определите, к какой группе психических явлений, психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям - относится явление, описанное ниже: сотрудник нередко опаздывает на работу, при этом всегда находится причина для объяснения.

2. Какое из утверждений является верным:

а) эмоции и чувства – одно и то же явление, называемое разными словами;

б) эмоции присущи животным, чувства – человеку;

в) чувства невозможны без участия эмоций;

г) эмоции не могут появиться, если отсутствуют чувства.

3. В психологической литературе существует ряд понятий для обозначения функций, которые выполняют эмоции. Соотнесите функцию и ее определение (описание):

а) экспрессивная

б) сигнальная

в) мобилизационная

г) оценочная

д) регулятивная

ж) коммуникативная

4. Какие из эмоций повышают активность личности, способствуют преодолению трудностей:

а) амбивалентные;

б) астенические;

в) стенические;

г) двойственные.

5. Распределите перечисленные высшие чувства по соответствующим группам: эстетические (1), интеллектуальные (2), моральные (3):

а) гордости за свою страну; б) удивления; в) прекрасного; г) сомнения;

д) верности дружбе; е) нового; ж) комического; з) ясности мысли; и) языка.

6. Сделайте обоснование - какая из эмоций обеспечивает более длительную мотивацию деятельности: а) удивление; б) страх наказания; в) интерес;

г) счастье.

7. Какие из перечисленных эмоций можно признать бесполезными и даже вредными для человека? а) стыд; г) печаль; б) страх; д) горе; в) гнев; е) ни одну из них.

8. Какие эмоции включает триада враждебности (по К. Изарду):

а) стыд, гнев, страх;

б) страх, отвращение, презрение;

в) гнев, отвращение, презрение;

г) стыд, отвращение, страх.

9. Какое из высказываний о счастье не имеет под собой психологической основы:

- а) чтобы иметь возможность пережить счастье, надо иметь отдаленную и значимую перспективу;
- б) человек испытывает счастье, когда наступает совпадение задуманного и достигнутого или когда момент приближается;
- в) счастье не в счастье, а в его достижении;
- г) счастье делает людей духовно здоровыми и счастливыми;
- д) счастье есть дело судьбы, ума и характера;
- е) счастье не в том, чтобы всегда делать то, что хочешь, а в том, чтобы всегда хотеть того, что делаешь.

10. Определите, к какой группе психических явлений - психическим процессам, свойствам личности или психическим состояниям - относятся каждое явление, описанное ниже. Дополните каждую группу ещё двумя своими примерами:

утомление, выдержка, воображение, ярость, любовь к Родине, преодоление усталости, запоминание, активность во время урока, эмоциональная неустойчивость, страх, трусость, борьба мотивов.

11. Обоснуйте, какие процессы относят к высшим психическим функциям – восприятие, чувства, интеллект, воображение.

12. Определите, к какой категории эмоциональных явлений относится переживание, описанное в каждом случае. По каким признакам это можно установить?

А. Получив в свои ворота гол, игроки стали неузнаваемы - куда девались их задор и одержимость. (По В. С. Мерлину.)

Б. Во время сдачи экзамена по математике сильный курсант, отличник, не может справиться с простенькой задачей. Говорит, что у него какое-то странное состояние: всё забыл. (По В. С. Мерлину.)

В. Курсант Л. рассказывает, что когда он очень расстроен, то всегда всем начинает говорить грубости. Злоба так захватывает его, что он хочет её вылить на других. Из-за этого возникают ссоры, драки и прочие недоразумения. Позже он жалеет о случившемся и раскаивается. (По В. А. Крутецкому.)

13. По каким признакам можно установить эмоциональное состояние?

А. Добросовестный и прилежный курсант был спрошен преподавателем. В это время в класс вошёл директор училища. Курсант растерялся и сразу замолчал. На наводящие вопросы отвечал сбивчиво. Создалось впечатление, что не знает вопрос. После того, как директор вышел из класса, курсант бойко и уверенно ответил по всему тому материалу, который безуспешно пытался воспроизвести ранее. (По В. С. Мерлину.)

Б. При обучении прыжкам с парашютом некоторые новички не находят в себе сил покинуть борт самолёта. Иных только повторным приказом удаётся заставить сделать шаг за борт самолёта. Страх и волнение не оставляют их и тогда, когда шёлковый купол парашюта раскрывается над ними, они теряют способность воспринимать происходящее и не могут сделать ни одного разумного действия. Иногда такое состояние не преодолевается и приходится

расставаться с мыслью о прыжках. (А. Усков и Н. Мясников. Лётчик-испытатель.)

14. Определите стенические и астенические эмоции.

А. Графиня Ростова после получения известия о гибели сына Пети «лежала на кресле, странно-неловко выпячиваясь, и билась головой о стену... - Наташу!- кричала она, отталкивая от себя окружающих. - Подите прочь все, неправда! Убили! Ха-ха-ха-ха!...неправда!»(Л. Н. Толстой. Война и мир.)

Б. В условиях нерешённой задачи у испытуемого повысилась двигательная активность. В течение всего опыта он насвистывал, напевал, постукивал по столу пальцами, тёр руки и лицо. Движения, прежде осторожные и точные, стали сильными и размашистыми. Испытуемый стал необыкновенно говорлив: к звуковому сигналу на ошибку отнёсся резко отрицательно. Затруднения высказывал вслух. Работа прерывалась залпами озвученных вздохов: «Ух! Ой, ой, ой!» в конце опыта появилась одышка. Но сознательный контроль не был нарушен. Испытуемый использовал логические выкладки при определении допущенных ошибок. (По В. В. Суворовой.)

3. Спортсмен С. Перед стартом на ответственных соревнованиях сначала «метался из угла в угол», потирал ладони, громко смеялся, но затем вдруг как-то сник, замолк - впал в состояние стартовой

15. Укажите, какая функция воли проявляется в каждой ситуации. Дайте обоснование своего ответа.

А. Человеку страшно хочется пить. Он подходит к водоёму, готов зачерпнуть воды и выпить её. Но ему говорят: «В этом водоёме обнаружен холерный вибрион, имейте это в виду». Человек выливает воду и идёт дальше. (По В. С. Мерлину.)

Б. Во время воздушного боя лётчик получил смертельную рану. В какое-то время он понял, что, если выпустит из рук штурвал самолёта, погибнут все, кто там находится. И вот лётчик продолжает управлять самолётом, благополучно сажает его и тут же бессильно падает на пол кабины. Из самолёта его выносят уже мёртвым. (По Ф. Н. Гоноболину.)

В. В очень жаркий день подросток М. работал на пришкольном участке. Ребята позвали его купаться. Хотя М. выглядел очень усталым и изнурённым, он отказался, объяснив, что решил доводить любое начатое дело до конца. (По В. С. Мерлину.)

16. Определите, какой психический процесс совершенствуется в этой ситуации. Какие конкретно качества воспитываются таким способом:

Тренер А. Гомельский рассказывал о следующем приёме тренировки баскетболистов. Игрокам даётся задание пробежать 1500 метров по стадиону, передавая мяч в парах. Заканчивая дистанцию, игроки настраиваются на обычный интервал - отдых, но в это время звучит команда тренера: «Ещё один круг! (400метров)» (По Д. Я. Богдановой.).

17. Необходимо закончить следующие предложения. 1. Различают три уровня памяти: ... 2. Сенсорная память функционирует в течение ... 3. Объем кратковременной памяти не позволяет сохранять одновременно более ... 4.

Материал запоминается тем лучше, чем он больше ... 5. Длительность хранения информации в долговременной памяти в принципе практически ...

18. Необходимо закончить следующие предложения.

1. Вероятность сохранения информации в долговременной памяти увеличивается в результате ... 2. Три главных процесса памяти – это: ... 3. Существует много факторов забывания. К ним относят: ... 4. Развитие мышления связано с развитием ... 5. Человеческая речь отличается от средств общения животных тем, что с ее помощью можно рассказать не только о текущих событиях, но и о ... 6. Три главные отличительные черты творческого мышления это...

19. Ответьте на вопросы «Верно или неверно?» 1. Механизм кратковременной памяти позволяет информации сохраняться меньше секунды. 2. Емкость долговременной памяти и длительность хранения в ней информации зависят от важности запоминаемого материала. 3. Мы всегда дольше помним о работе, которую успели закончить. 4. Серьезная проработка материала в течение короткого времени приводит к более эффективному запоминанию, чем его длительное изучение. 4 Память тесно связана с большинством процессов мышления. 5 Долговременная память обладает ограниченной емкостью.

20. Ответьте на вопросы «Верно или неверно?». 1. Кратковременная память обладает емкостью, не превышающей 7 – 9 элементов. 2. Когда интеллектуальный коэффициент превышает 100 баллов, корреляция между интеллектом и творческими способностями исчезает. 3. Творческие личности обладают большой независимостью в суждениях, всегда стремятся объединять данные из различных областей и непостоянны в своих представления о мире. 4. По-видимому, у женщин творческие потенции не меньше, чем у мужчин. 5. В современном определении интеллекта основной упор делается на то, что он наследуется

21. Докажите, какую из перечисленных причин забывания психологи рассматривают наиболее пристально? а) трудности с восприятием информации; б) трудности с обработкой материала в кратковременной памяти; в) трудности с извлечением материала из долговременной памяти; г) трудности с извлечением материала из кратковременной памяти.

22. Проанализируйте, что произошло с Еленой?

Входя в аудиторию, где шел экзамен по математике, Елена очень нервничала. Во рту у нее было сухо, ладони вспотели, а в горле стоял ком. Вдруг она с ужасом поняла, что не может вспомнить ни одной формулы. а) глобальная амнезия; б) органическая амнезия; в) экзаменационное волнение; г) угасание невостребованной информации.

23. Обоснуйте каждое понятие - гениальности, таланту или одаренности соответствуют следующие положения? а) совокупность нескольких способностей, обуславливающих успешную активность человека в широких диапазонах деятельности и общения; б) уникальные способности, наличие которых позволяет получать результаты, являющиеся достижением эпохи; в) высокая способность к конкретным видам деятельности и общения.

24. Укажите, какие из описанных ситуаций подходят в качестве примеров сенсорной, кратковременной и долговременной памяти:

А. Женщина узнает человека, которого встретила накануне на вечеринке. Б. Ребенок ощущает на своем лице дуновение легкого ветерка. В. Пожилой человек вспоминает свое детство. Г. Официантка в кафе принимает заказ на три шницеля, две порции картофеля и пять молочных коктейлей.

25. Каким мнемоническим методом пользовался Цицерон? Древнеримские ораторы никогда не читали свои речи по бумажкам. Они должны были произносить их по памяти. Исторические источники указывают на то, что великий римский оратор Цицерон запоминал свои речи с помощью мнемонических методов. Он прогуливался по своему саду и нумеровал те его части, через которые проходил. Затем связывал каждый вопрос, который хотел осветить в своей речи, с каким-нибудь местом в саду. Когда приходило время выступления, он просто вспоминал прогулку по своему саду и мог блестяще произнести речь наизусть.

26. Опишите три типа планов, которые могли бы помочь Галине эффективнее использовать оставшееся у нее время.

Галина, работающая мать семейства, которая, кроме того, посещает курсы переподготовки по двум предметам. В последнее время она испытывает стресс, поскольку в ближайшие три дня ей необходимо сдать две курсовые работы и два экзамена за семестр.

27. Обоснуйте, как Диана могла бы прямо или косвенно выразить свой гнев или сдержать его.

Диана два месяца, не покладая рук, работала над курсовой работой по психологии. Досадная случайность помешала ей сдать работу вовремя. И вот теперь преподаватель отказывается выставить ей оценку, мотивируя это тем, что она сдана с опозданием на один час. Диана чувствует, как ее лицо багровеет, сердце начинает сильно колотиться.

28. Укажите, какой стратегией персонаж борется со стрессом.

А. Елена попала в автомобильную катастрофу и получила травму шеи. Она утверждает, что в результате этого несчастного случая стала лучше понимать людей, у которых постоянно что-то болит. Б. В кафе Даниил и его новая знакомая были вынуждены более получаса ждать, пока их обслужат. Он начал отпускать шутки по поводу медлительности официантов, но в конце концов решил, что в результате этой задержки у них оказалось больше времени на беседу. В. Начальник крайне низко оценил работу Виктора. Виктор думал о том, чтобы уволиться, перейти в другой отдел или обжаловать решение начальника. Он выбрал последний вариант.

29. Проанализируйте и дайте обоснование правильности применения приемов и принципов саморегуляции (сознательно-волевого управления внутренними процессами собственной психики).

1 группа приемов: основана на психофизиологической разрядке, освобождении от отрицательных эмоций. Внешне они проявляются в виде плача, смеха, зевоты, желаний ударить, выговориться и т. д. Не надо блокировать их (подавлять зевоту, сдерживать слезы и т.д.) как у других, так и

у себя. Другой способ – «пустой стул». Представьте, что на нем сидит человек, которому вы хотите излить чувства, обуревающие вас. Выговорите все, что вы хотели сказать. Возникающее чувство раздражения, агрессии можно снять с помощью физической разрядки

30. Проанализируйте и дайте обоснование правильности применения приемов и принципов саморегуляции (сознательно-волевого управления внутренними процессами собственной психики).

Одним из приемов саморегуляции является полный отчет о самом себе, откровенный разговор с самим собой о «наболевшем». Это поможет лучше разобраться в себе, снимет внутреннее противоречие. Идеально, если у вас есть друг, близкий человек, который умеет заинтересованно слушать вас, и которому вы можете высказать все, что вас волнует. Старайтесь открыто выражать и обсуждать с другими возникающие у вас чувства: это рождает доверие к вам и позволяет сохранить добрые отношения даже тогда, когда возникают негативные чувства. Чаще всего мы боимся делать это, испытывая беспокойство по поводу возможной негативной реакции партнера.

31. Охарактеризуйте взаимоотношения между сознанием и бессознательным. Обоснуйте какую роль в этих взаимоотношениях играют механизмы психологической защиты.

ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМЫХ УЧЕБНЫХ ИЗДАНИЙ

Основная литература

1. Общая психология. Введение в общую психологию : учебное пособие для вузов / Д. А. Донцов, Л. В. Сенкевич, З. В. Луковцева, И. В. Огарь ; под научной редакцией Д. А. Донцова, З. В. Луковцева. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 178 с.

2. Фомин, Ю.А. Основы психологии и педагогики. Практикум / Ю.А. Фомин– Минск: Акад. МВД Респ. Беларусь, 2021. – 256 с.

Дополнительная литература

1. Основы психологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.А.Фурманов [и др.]. – Минск: Современ. шк., 2011. – 496 с.

2. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 2. Внимание и память : учебник и практикум для вузов / Р. С. Немов. – 6-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – 261 с.

3. Маклаков, А. Г. Общая психология: Учебник для вузов / А.Г.Маклаков. - Серия «Учебник для вузов». – СПб.: Питер, 2021. – 583 с.

Литература для самостоятельного изучения

К теме 1.

1. Мищенко, Л. В. Общая психология. Задания для самостоятельной работы : учебное пособие для вузов / Л. В. Мищенко. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2022. – С. 123- 135.

2. Фрейд З. Психология бессознательного: [пер. с нем.] / З. Фрейд. - 2-е изд. Москва [и др.] : Питер, 2006. – С. 267-278.

К теме 2.

1. Рубинштейн, СЛ. Основы общей психологии / СЛ. Рубинштейн; сост.: А.В. Брушлинский, К.А. Абульханова-Славская. - СПб.: Питер, 2002. – С.78-89.

2. Козубовский, В. М. Общая психология: личность: учеб. пособие / В. М. Козубовский. - Минск: Амалфея, 2005. – С.329-339.

3. Основы психологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.А.Фурманов [и др.]. – Минск: Современ. шк., 2011. – С.45- 56.

К теме 3

1. Основные методы сбора данных в психологии : учебное пособие для студентов вузов / под ред. С. А. Капустина. - Москва : Аспект Пресс, 2012. – С.76-92.

2. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 1. Ощущения и восприятие : учебник и практикум для вузов / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — С. 34-50.

К теме 4

1. Фомин, Ю.А. Основы психологии и педагогики. Практикум / Ю.А. Фомин— Минск: Акад. МВД Респ. Беларусь, 2021. — С.39-52.

2. Рамендик, Д. М. Общая психология и психологический практикум : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — С. 123-140.

К теме 5

1. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский ; [сост., предисл. А. А. Леонтьева]. — Москва : Смысл : Эксмо, 2005. — С.178-195.

2. Гиппенрейтер, Л.Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Л.Б. Гиппенрейтер. — Москва: из-во «АСТ», 2018. — С.45-64.

К теме 6

1. Айсмонтас, Б. Б. Общая психология. Тесты : учебное пособие для вузов / Б. Б. Айсмонтас. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 201 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14987-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497143> (дата обращения: 06.04.2024).

2. Узнадзе, Д. Н. Общая психология : [Пер. с груз.] / Д. Н. Узнадзе; Отв. ред. И. В. Имедадзе. - Москва ; СПб. : Смысл : Питер, 2004. — С.342-356.

К теме 7

1. Кравченко, А. И. Общая психология : учебное пособие. - Москва: Проспект, 2010. — С.89-102.

2. Крысько, В. Г. Общая психология в схемах и комментариях: [учеб. пособие] / В. Г. Крысько. - Москва [и др.]: Питер, 2006. — С.56-78.

К теме 8

4. Петровский, А.В. Психология / А.В. Петровский, М.Г Ярошевский. — М.: Издательский центр «Академия», 2001. — С. 102-123.

5. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 2. Внимание и память : учебник и практикум для вузов / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — С.61-76.

К теме 9

1. Столяренко, Л. Д. Общая психология : учебник для академического бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — С. 135-154.

2. Дружинин, В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. — 3-е изд. — Москва [и др.] : Питер, 2008. — С. 23-45.