

Частное образовательное учреждение высшего образования  
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТЕХНОЛОГИЙ  
УПРАВЛЕНИЯ И ЭКОНОМИКИ»

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО

УТВЕРЖДАЮ

На заседании кафедры педагогики и  
психологии  
Протокол № 10 от 29.05.2023 г.

Первый проректор  
С.В. Авдашкевич  
28.06.2023

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина:	Б1.О.18 Общая психология
Направление подготовки:	37.03.01 Психология
Направленность (профиль):	Психология социально-профессиональной сферы
Уровень высшего образования:	Бакалавриат
Форма обучения:	очная, очно-заочная
Разработчики:	Кандидат социологических наук, доцент Иванова А. Ю.

Санкт-Петербург  
2023

**1. Цели и задачи дисциплины:***Цель освоения дисциплины:*

Формирование у студентов системы базовых знаний и понятий психологической науки и формирования на этой основе способности и готовности к применению знаний по психологии как науки о психологических феноменах, категориях и методах изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики.

*Задачи дисциплины:*

Формирование представлений о фундаментальных исследованиях, сделанных в области психологии;

Формирование представлений о наиболее общих психологических закономерностях, теоретических принципах и методах психологии;

Овладение системой базовых понятий психологической науки;

Формирование и расширение профессионального «словаря» студентов, развитие умения оперировать основными терминами психологической науки;

Формирование умения студентов осуществлять поиск научной информации;

Формирование профессионального мировоззрения студентов.

**2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы высшего образования**

Планируемые результаты освоения ОП ВО (код и содержание компетенций)	Планируемые результаты обучения по ОП ВО (индикаторы достижения компетенций)	Примечание
ОПК-1 Способен осуществлять научное исследование в сфере профессиональной деятельности на основе современной методологии	ОПК-1.1 Знает методологию, методы и методики проведения научного исследования в сфере профессиональной деятельности; основы психологических теорий.	Наименование категории (группы) компетенций: «Технологии»
	ОПК-1.2 Умеет формулировать, конкретизировать и решать задачи профессиональной деятельности на основе знаний теоретических положений психологической науки, актуальных задач психологической практики, используя понятийный аппарат психологической науки; обосновывать выбор методов и методик проведения научного исследования.	
	ОПК-1.3 Способен использовать знание методологических основ психологии, психологические теории, методы и методики проведения научного психологического исследования для успешного выполнения профессиональной деятельности.	

Планируемые результаты обучения по ОП ВО (индикаторы достижения компетенций)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-1.1. Знает методологию, методы и методики проведения научного исследования в сфере профессиональной деятельности; основы психологических теорий.	Знать основные психологические теории, а также методологию научного исследования для успешной работы в сфере профессиональной деятельности.
ОПК-1.2. Умеет формулировать, конкретизировать и решать задачи профессиональной деятельности на основе знаний теоретических положений психологической науки, актуальных задач психологической практики, используя понятийный аппарат психологической науки; обосновывать выбор методов и методик проведения научного исследования.	Уметь использовать понятийный аппарат, теорию психологической науки для решения задач психологической практики с помощью научно-обоснованного исследования.

Планируемые результаты обучения по ОП ВО (индикаторы достижения компетенций)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-1.3. Способен использовать знание методологических основ психологии, психологические теории, методы и методики проведения научного психологического исследования для успешного выполнения профессиональной деятельности.	Владеть методологией научного исследования, основными психологическими знаниями, позволяющими успешно выполнять профессиональную деятельность.

### 3. Содержание, объем дисциплины и формы проведения занятий

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Компетенции	Оценочные средства текущего контроля		
			ЗНАТЬ	УМЕТЬ	ВЛАДЕТЬ
			ОПК-1.1	ОПК-1.2	ОПК-1.3
1	Познавательные психические процессы	ОПК-1	Тестирование №1 (10)	Доклад, сообщение/ Реферат №1 (10)	Круглый стол, дискуссия, полемика, дебаты/Эссе №1 (20)
2	Эмоционально – волевая сфера личности	ОПК-1	Тестирование №2 (10)	Собеседование, опрос/ Контрольная работа №1 (10)	Задания творческого уровня №1 (20)
3	Психические состояния	ОПК-1	Тестирование №3 (10)	Доклад, сообщение/ Реферат №2 (10)	Круглый стол, дискуссия, полемика, дебаты/Эссе №1 (20)
<b>Количество баллов (100 баллов):</b>			100		
4	Психические свойства личности: темперамент и характер	ОПК-1	Тестирование №1 (10)	Доклад, сообщение/ Реферат №2 (10)	Задания творческого уровня №1 (20)
5	Способности	ОПК-1	Тестирование №1 (10)	Доклад, сообщение/ Реферат №1 (10)	Круглый стол, дискуссия, полемика, дебаты/Эссе №1 (20)
6	Деятельность. Теория деятельности А. Н. Леонтьева.	ОПК-1	Тестирование №2 (10)	Собеседование, опрос/ Контрольная работа №1 (10)	Круглый стол, дискуссия, полемика, дебаты/Эссе №1 (20)
7	Самосознание	ОПК-1	Тестирование №2 (10)	Доклад, сообщение/ Реферат №2 (10) Собеседование, опрос/ Контрольная работа №2 (10)	Задания творческого уровня №1 (20)
<b>Количество баллов (100 баллов):</b>			100		

Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, курсовая работа
<p><b>Тема 1:</b> Познавательные психические процессы Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Память. Мышление. Внимание. Речь.</p> <p><b>Практические занятия/самостоятельная работа:</b></p>

<b>Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, курсовая работа</b>
Объясните, какие когнитивные искажения возможны в процессе слушания. <b>Лабораторная работа:</b> -
<b>Тема 2:</b> Эмоционально – волевая сфера личности Аффект. Собственно эмоции. Чувства. Настроение. Эмоциональный стресс. Функциональная структура воли. Произвольные действия. Волевые свойства личности. <b>Практические занятия/самостоятельная работа:</b> Покажите и объясните роль саморегуляции в экстремальных ситуациях. <b>Лабораторная работа:</b> -
<b>Тема 3:</b> Психические состояния Характеристика и классификации психических состояний. Свойства состояний. <b>Практические занятия/самостоятельная работа:</b> Приведите примеры фрустрирующих ситуаций и возможные реакции людей на них. Какие признаки свидетельствуют о том, что человек находится в депрессивном состоянии? <b>Лабораторная работа:</b> -
<b>Тема 4:</b> Психические свойства личности: темперамент и характер Индивидуальные свойства. Гуморальные теории темперамента. Конституциональные теории темперамента. Нейрофизиологические теории темперамента. Структура темперамента. Характер. Структура характера. Акцентуации характера. <b>Практические занятия/самостоятельная работа:</b> Как связаны понятия темперамент и характер? Что в структуре личности можно изменить, а что нет? Приведите примеры. <b>Лабораторная работа:</b> -
<b>Тема 5:</b> Способности Определение способностей. Классификация способностей. Задатки - природная основа развития способностей. Уровни развития способностей: одаренность, талант, гениальность. <b>Практические занятия/самостоятельная работа:</b> Подберите примеры известных людей. Проанализируйте и докажите какой уровень развития способностей у них. <b>Лабораторная работа:</b> -
<b>Тема 6:</b> Деятельность. Теория деятельности А. Н. Леонтьева. Теория деятельности А.Н. Леонтьева. Структура деятельности: уровень особых видов деятельности, уровень действий, уровень операций, уровень психофизиологических функций. Неосознаваемые процессы. Неосознаваемые побудители сознательных действий. Неосознаваемые сопровождения сознательных действий. Надсо-знательные процессы. <b>Практические занятия/самостоятельная работа:</b> Приведите примеры и разберите на конкретных ситуациях механизм «Сдвига мотива на цель» А.Н. Леонтьева. <b>Лабораторная работа:</b> -
<b>Тема 7:</b> Самосознание Структура самосознания и Я-концепции. Функции самосознания. Построение Образа-Я. Защита Я-образа. Я-концепции в зарубежных теориях личности. <b>Практические занятия/самостоятельная работа:</b> Покажите на конкретных примерах, как проявляется самоэффективность личности. Разберите разные уровни и виды самоэффективности. <b>Лабораторная работа:</b> -
<b>Курсовая работа:</b> примерный перечень тем курсовой работы представлен в п.9.

*Очная форма обучения*

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Семестр 2</b>	<b>Семестр 3</b>
Аудиторные занятия (АЗ):	168	96	72
Лекционные занятия (Лек)	84	48	36
Лабораторные занятия (Лаб)	0	0	0
Практические занятия (Пр)	84	48	36
Самостоятельная работа студента (СР)	52	19	33
Курсовая работа	18	0	18
Другие виды самостоятельной работы*	34	19	15
Контроль самостоятельной работы (КСР)	5	2	3
Контактная работа (КоР)	173	98	75
Форма промежуточной аттестации	0	Экзамен	Экзамен
Подготовка к экзамену и сдача экзамена (СР, КоР)	63	27	36

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 2	Семестр 3
Общая трудоемкость дисциплины, часы/ЗЕТ	288/8	144/4	144/4

\* Подготовка к аудиторным занятиям, подготовка к зачету (при наличии)

№	Наименование темы дисциплины	Семестр/Курс	Количество учебных часов				Практическая подготовка
			В том числе по видам аудиторных занятий			СР	
			Лек	Пр	Лаб		
1	Познавательные психические процессы	2	22	22	0	7	22
2	Эмоционально – волевая сфера личности	2	18	18	0	7	18
3	Психические состояния	2	8	8	0	5	8
Итого за 2 семестр:			48	48	0	19	48
4	Психические свойства личности: темперамент и характер	3	10	10	0	3	10
5	Способности	3	10	10	0	4	10
6	Деятельность. Теория деятельности А. Н. Леонтьева.	3	8	8	0	4	8
7	Самосознание	3	8	8	0	4	8
Итого за 3 семестр:			36	36	0	15	36
Курсовая работа:			-	-	-	18	18
Итого (с учётом курсовой работы):			84	84	0	52	102

\* Практическая подготовка при реализации дисциплин организована путем проведения практических занятий и (или) выполнения лабораторных и (или) курсовых работ и предусматривает выполнение работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

*Очно-заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 2	Семестр 3
Аудиторные занятия (АЗ):	108	72	36
Лекционные занятия (Лек)	54	36	18
Лабораторные занятия (Лаб)	0	0	0
Практические занятия (Пр)	54	36	18
Самостоятельная работа студента (СР)	111	34	77
Курсовая работа	18	0	18
Другие виды самостоятельной работы*	93	34	59
Контроль самостоятельной работы (КСР)	6	2	4
Контактная работа (КоР)	114	74	40
Форма промежуточной аттестации	0	Экзамен	Экзамен
Подготовка к экзамену и сдача экзамена (СР, КоР)	63	36	27
Общая трудоемкость дисциплины, часы/ЗЕТ	288/8	144/4	144/4

\* Подготовка к аудиторным занятиям, подготовка к зачету (при наличии)

№	Наименование темы дисциплины	Семестр/Курс	Количество учебных часов				Практическая подготовка
			В том числе по видам аудиторных занятий			СР	
			Лек	Пр	Лаб		
1	Познавательные психические процессы	2	12	12	0	12	22
2	Эмоционально – волевая сфера личности	2	12	12	0	11	18
3	Психические состояния	2	12	12	0	11	8
Итого за 2 семестр:			36	36	0	34	48
4	Психические свойства личности: темперамент и характер	3	6	6	0	15	10
5	Способности	3	4	4	0	15	10
6	Деятельность. Теория деятельности А. Н. Леонтьева.	3	4	4	0	15	8
7	Самосознание	3	4	4	0	14	8
Итого за 3 семестр:			18	18	0	59	36
Курсовая работа:			-	-	-	18	18
Итого (с учётом курсовой работы):			54	54	0	111	102

\* Практическая подготовка при реализации дисциплин организована путем проведения практических занятий и (или) выполнения лабораторных и (или) курсовых работ и (или) путем выделения часов из часов, отведенных на самостоятельную работу, и предусматривает выполнение работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

#### **4. Способ реализации дисциплины**

Без использования онлайн-курса.

#### **5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины:**

*Основная литература:*

1. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ 3-е изд., пер. и доп. Учебник для вузов / Сосновский Б. А., Молчанова О. Н., Телегина Э. Д. ; Под ред. Сосновского Б.А. - Московский педагогический государственный университет (г. Москва), 2022 г. - 342 с. - ISBN 978-5-534-07277-8 – Режим доступа: <https://urait.ru/book/obschaya-psihologiya-474321>

2. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ. Учебное пособие для вузов / Макарова И. В. - Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (г. Москва), 2022 г. - 182 с. - ISBN 978-5-534-01213-2 – Режим доступа: <https://urait.ru/book/obschaya-psihologiya-488715>

3. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ. Учебник для вузов / Столяренко Л. Д., Столяренко В. Е., 2022 г. - 355 с. - ISBN 978-5-534-00094-8 – Режим доступа: <https://urait.ru/book/obschaya-psihologiya-489945>

*Дополнительная литература:*

1. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ВВЕДЕНИЕ В ОБЩУЮ ПСИХОЛОГИЮ. Учебное пособие для вузов / Донцов Д. А., Сенкевич Л. В., Луковцева З. В., Огарь И. В. ; под науч. ред. Донцова Д.А., Луковцева З.В. - Московский государственный психолого-педагогический университет (г. Москва); Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова (г. Москва), 2022 г. - 178 с. - ISBN 978-5-534-07159-7 – Режим доступа: <https://urait.ru/book/obschaya-psihologiya-vvedenie-v-obschuyu-psihologiyu-494254>

2. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ. МЕТОДЫ АКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ 4-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для вузов / Еромасова А. А. - Сахалинский государственный университет (г. Южно-Сахалинск), 2022 г. - 182 с. - ISBN 978-5-534-06613-5 – Режим доступа: <https://urait.ru/book/obschaya-psihologiya-metody-aktivnogo-obucheniya-491730>

3. ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ПРАКТИКУМ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для вузов / Еромасова А. А. - Сахалинский государственный университет (г. Южно-Сахалинск), 2022 г. - 138 с. - ISBN 978-5-534-06547-3 – Режим доступа: <https://urait.ru/book/obschaya-psihologiya-praktikum-dlya-samostoyatelnoy-raboty-studenta-491729>

#### **6. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения**

1. Операционная система
2. Пакет прикладных офисных программ
3. Антивирусное программное обеспечение
4. LMS Moodle
5. Вебинарная платформа

#### **7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», информационных справочных систем и профессиональных баз данных, необходимых для освоения дисциплины**

1. [ibooks.ru](http://ibooks.ru) : электронно-библиотечная система [Электронный ресурс] : профессиональная

---

база данных. - Режим доступа: <https://ibooks.ru>. - Текст: электронный

2. Электронно-библиотечная система СПбУТUiЭ : электронно-библиотечная система [Электронный ресурс] : профессиональная база данных. - Режим доступа: <http://libume.ru>. - Текст: электронный

3. Юрайт : электронно-библиотечная система [Электронный ресурс] : профессиональная база данных. - Режим доступа: <https://urait.ru>. - Текст: электронный

4. eLibrary.ru : научная электронная библиотека [Электронный ресурс] : профессиональная база данных. - Режим доступа: <http://elibrary.ru>. - Текст: электронный

5. Архив научных журналов НЭИКОН [Электронный ресурс] : профессиональная база данных. - Режим доступа: [arch.neicon.ru](http://arch.neicon.ru). - Текст: электронный

6. КиберЛенинка : научная электронная библиотека [Электронный ресурс] : информационная справочная система. - Режим доступа: <http://cyberleninka.ru>. - Текст: электронный

7. Лань : электронно-библиотечная система [Электронный ресурс] : профессиональная база данных. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com>. - Текст: электронный

8. Научно-популярный психологический портал 5psy.RU [Электронный ресурс] : информационная справочная система. - Режим доступа: <https://5psy.ru>. - Текст: электронный

9. Psylist [Электронный ресурс] : психологический образовательный сайт . - Режим доступа: <https://psylist.net>. - Текст: электронный

10. Psychojournal.ru [Электронный ресурс] : информационная справочная система . - Режим доступа: <https://psychojournal.ru>. - Текст: электронный

11. PsyJournals.ru: профессиональная база данных . - Режим доступа: <http://psyjournals.ru>. - Текст: электронный

12. Мир психологии: профессиональная база данных. - Режим доступа: <http://www.persev.ru/>. - Текст: электронный

13. Гуманитарный портал [Электронный ресурс] : профессиональная база данных. - Режим доступа: <https://gtmarket.ru>. - Текст: электронный

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа – практических занятий, для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, выполнения курсового проекта, оборудованная: рабочими местами для обучающихся, оснащенными специальной мебелью; рабочим местом преподавателя, оснащенным специальной мебелью, персональным компьютером с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета; техническими средствами обучения - мультимедийным оборудованием (проектор, экран, колонки) и маркерной доской; лицензионным программным обеспечением

2. При применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий используются: виртуальные аналоги учебных аудиторий - вебинарные комнаты на вебинарных платформах, рабочее место преподавателя, оснащенное персональным компьютером (планшет, мобильное устройство) с возможностью подключения к сети «Интернет», доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета и к информационно-образовательному portalу Университета [imeos.ru](http://imeos.ru), веб-камерой, микрофоном и гарнитурой (в т.ч. интегрированными в устройства), программным обеспечением; рабочее место обучающегося оснащено персональным компьютером (планшет, мобильное устройство) с возможностью подключения к сети «Интернет», доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета и к информационно-образовательному portalу Университета [imeos.ru](http://imeos.ru), веб-камерой, микрофоном и гарнитурой (в т.ч. интегрированными в устройства). Авторизация на информационно-образовательном portalе Университета [imeos.ru](http://imeos.ru) и начало работы осуществляются с использованием персональной учетной записи (логина и пароля). Лицензионное программное обеспечение

3. Помещение для самостоятельной работы, оборудованное специальной мебелью, персональными компьютерами с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета, лицензионным программным обеспечением

### 9. Оценочные материалы по дисциплине

Описание оценочных средств (показатели и критерии оценивания, шкалы оценивания) представлено в приложении к основной профессиональной образовательной программе «Каталог оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации».

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности приводятся в соответствующих методических материалах и локальных нормативных актах Университета.

Для оценивания учебных достижений студентов в Университете действует балльно-рейтинговая система.

Если оценка, соответствующая набранной в семестре сумме рейтинговых баллов, удовлетворяет студента, то она является итоговой оценкой по дисциплине при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена/зачета с оценкой/зачета.

Условием сдачи экзамена/зачета с оценкой/зачета с целью повышения итоговой оценки по дисциплине является сдача студентом экзамена, за который он получает экзаменационные баллы без учета баллов, полученных за текущий контроль:

#### Шкала оценивания учебных достижений по дисциплине, завершающейся зачетом без оценки

Баллы по дисциплине	60 и менее		61-73		74-90		91-100	
Итоговая оценка по дисциплине	Незачет		Зачет					
Баллы в международной шкале ECTS с буквенным обозначением уровня	50 и менее	51-60	61-67	68-73	74-83	84-90	91-100	
	F	Fx	E	D	C	B	A	
Уровень сформированности компетенций	Не сформированы		Пороговый		Высокий		Повышенный	

#### Шкала оценивания учебных достижений по дисциплине, завершающейся экзаменом/зачетом с оценкой

Баллы по дисциплине	60 и менее		61-73		74-90		91-100	
Итоговая оценка по дисциплине	Неудовлетворительно		Удовлетворительно		Хорошо		Отлично	
Баллы в международной шкале ECTS с буквенным обозначением уровня	<50	51-60	61-67	68-73	74-83	84-90	91-100	
	F	Fx	E	D	C	B	A	
Уровень сформированности компетенций	Не сформированы		Пороговый		Высокий		Повышенный	

### 9.1. Типовые контрольные задания для текущего контроля

#### Семестр №2

#### Тестирование №1.

- К какому типу ощущений относятся ощущения движения?
  - интероцептивным;
  - проприоцептивным;
  - экстероцептивным;
  - дистантным.
- Чем больше величина абсолютного порога ощущения, тем:
  - выше чувствительность;
  - ниже чувствительность;



в) болезненнее ощущения;

г) незаметнее стимул.

3. Какое из данных понятий является формой изменения чувствительности?

а) дифракция;

б) сенсбилизация;

в) синестезия;

г) ассимиляция.

4. С помощью монокулярных и бинокулярных признаков можно определить:

а) форму;

б) глубину и удаленность;

в) размер;

г) цвет.

5. Относительное постоянство образов предметов называется:

а) целостностью;

б) константностью;

в) предметностью;

г) обобщенностью.

6. Реверсивное изображение - это:

а) перевернутое;

б) двойное;

в) зеркальное;

г) хроматическое изображение.

7. Зависимость восприятия от особенностей личности называется:

а) апперцепцией;

б) аттитюдом;

в) аддикцией;

г) апраксией.

8. Что можно получить с помощью агглютинации, гиперболизации, схематизации и типизации?

а) представление;

б) перцептивный образ;

в) воображаемый образ;

г) мнемический образ.

### Тестирование №2

1. Какие из эмоциональных переживаний в большей степени связаны с социальной сферой и максимально представлены в нашем сознании?

- аффекты;

- собственно эмоции;

- чувства;

- настроение;

- стресс.

2. Причиной неуправляемости человека в состоянии аффекта является:

- искаженное восприятие действительности;

- неадекватное оценивание своих возможностей;

- изменение функционирования всех психических процессов;

- тоническое напряжение;

- вегетативные реакции.

3. Не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства называется:

- презрением;

- удивлением;

- стыдом;

- страданием.

4. Отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое серьезным препятствием на пути удовлетворения важной для субъекта потребности, называется:

- отвращением;

- гневом;

- страхом.

5. Двойственность переживания, выражающаяся в том, что один и тот же объект может вызывать противоположные чувства, называется:

- субъективностью;

- дискретностью;

- амбивалентностью;

- универсальностью.

6. Отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в ситуации, когда субъект располагает психологически противоречивой информацией об объекте, называется:

- дисгармонией;

- диссонансом;

- консонансом.

7. По классификации Б. И. Додонова «глотические» эмоции связаны с потребностью:

- в преодолении опасности;

- в самоутверждении;

- в содействии другим людям;

- в душевном комфорте.

8. Эмоции, которые активизируют организм, поднимают настроение и способствуют деятельности, называются:

- астеническими;

- гностическими;

- стеническими;

- романтические;

- гедоническими.

9. Что в структуре воли по Е. П. Ильину отражает мотивационный процесс образования намерения?

- Самоинициация;

- самоконтроль;

- самодетерминация;

- самоторможение;

- самомобилизация.

10. Самоободрение, самоодобрение и самоприказ – это:

- варианты самоинициации;

- формы самоторможения;

- субъективные средства стимуляции волевых усилий;

- приемы самомобилизации;

- уровни мобилизованности.

### Тестирование №3

1. Осознаются ли произвольные действия?

а) да, еще до их начала;

б) да, но после начала действия;

в) нет, не осознаются;

г) не всегда.

2. Б. Г. Ананьев и В. С. Мерлин являются представителями теорий:

- а) биологической индивидуальности;
- б) социальной индивидуальности;
- в) интегральной индивидуальности;
- г) личностной индивидуальности.

3. Какое соотношение эмоций характерно для меланхолика по теории П.В. Симонова?

- а) гнев > радость > страх;
- б) радость > гнев > страх;
- в) страх > радость > гнев;
- г) не выявлено, т. к. он не склонен проявлять эмоции.

4. Какое качество В.Д. Небылицын не включил в понятие «эмоциональность»?

- А) впечатлительность;
- б) нейротизм;
- в) импульсивность;
- г) эмоциональная лабильность.

5. С каким свойством нервной системы связывают боязливость?

- а) лабильностью;
- б) динамичностью;
- в) силой;
- г) уравновешенностью.

6. Психическое состояние дезорганизации сознания и деятельности личности, вызванное объективно существующими или воображаемыми препятствиями к желанной цели, называется:

- а) стрессом;
- б) стагнацией;
- в) фрустрацией;
- г) пресыщением.

7. Какой точки зрения на соотношение темперамента и характера придерживался Б. Г. Ананьев?

- а) отождествление темперамента и характера;
- б) противопоставление темперамента и характера;
- в) признание темперамента элементом характера;
- г) темперамент – его врожденная основа характера, его динамическая сторона.

8. Какому понятию по Б. Г. Ананьеву соответствует «характер»?

- а) индивид;
- б) субъект деятельности;
- в) личность;
- г) индивидуальность.

2. Какое прилагательное лучше не использовать при описании характера человека, т.к. оно характеризует темперамент?

- а) собранный;
- б) организованный;
- в) подвижный;
- г) добродушный.

### **Доклад, сообщение/ Реферат №1**

Темы докладов:

- 1. Понятие синергии.
- 2. Способы создания воображаемого образа.
- 3. Иллюзии и галлюцинации.

### **Доклад, сообщение/ Реферат №2**

Темы докладов:

1. Депрессия и депрессивные состояния.
2. Фрустрация и способы ее преодоления.
3. Разновидности фобий.

### **Круглый стол, дискуссия, полемика, дебаты/Эссе №1**

Темы:

1. Закономерности функционирования человеческой памяти.
2. Сквозные психические процессы.
3. Как мыслит человек?
4. Влияние изоляции на психическое здоровье людей.
5. Откуда появляются страхи.
6. Факторы, вызывающие тревогу у современного человека.

### **Собеседование, опрос/Контрольная работа №1**

Задания для контрольной работы:

*Вариант 1*

1. Виды эмоциональных переживаний.
2. Специфика стрессовой реакции.
3. Волевые качества личности.

*Вариант 2*

1. Эмоциональный стресс.
2. Волевое действие.
3. Уровни мобилизованности.

### **Задания творческого уровня №1**

Выполните два практических задания на выбор:

- Задание 1. Объясните, почему одни люди становятся оптимистами, а другие пессимистами?
- Задание 2. Какие волевые качества необходимы людям в экстремальных или проблемных ситуациях. Как их можно в себе выработать?

## **СЕМЕСТР 3**

### **Тестирование №1**

1. Какие из свойств Б.Г.Ананьев отнес к индивидуально-типическим
  - а) конституциональные,
  - б) биохимические,
  - в) нейродинамические,
  - г) особенности функциональной геометрии больших полушарий.
2. И.П.Павлов выделил следующие свойства нервной системы:
  - а) подвижность,
  - б) лабильность,
  - в) силу,
  - г) динамичность,
  - д) уравновешенность.
3. Под способностью нервных клеток выдерживать длительное или кратковременное концентрированное возбуждение без перехода в состояние запредельного торможения понимают:
  - а) лабильность,
  - б) силу,
  - в) подвижность,
  - г) динамичность.
4. Тормозный тип темперамента по И. П. Павлову соответствует по античной классификации:

- а) сангвинуку,
  - б) флегматику,
  - в) холерику,
  - г) меланхолику.
5. Слабый тип темперамента по Павлову соответствует по античной классификации:
- а) сангвинуку,
  - б) флегматику,
  - в) холерику,
  - г) меланхолику.
6. Главными компонентами темперамента по В.Д.Небылицыну являются:
- а) общая психическая активность индивида;
  - б) пластичность;
  - в) эмоциональность;
  - г) моторика.
7. Понятие «акцентуированные личности» ввел:
- а) П.Б.Ганнушкин в 1933г., б) К.Леонгард в 1964г., в) А.Е.Личко в 1977г.
8. Главное условие развития способностей — это:
- 1) соответствующая среда;
  - 2) определенные свойства нервной системы;
  - 3) особенности строения анализаторов;
  - 4) повышенная мотивация.
9. Индивидуальные свойства личности, которые обеспечивают легкость и продуктивность в овладении знаниями и в осуществлении различных видов деятельности, называются:
- 1) общими способностями;
  - 2) специальными способностями;
  - 3) теоретическими способностями;
  - 4) практическими способностями.
10. Природной основой развития способностей является:
- 1) черты характера;
  - 2) определенные свойства нервной системы;
  - 3) родители;
  - 4) особенности строения анализаторов.
11. Произведения талантливого человека отличаются:
- 1) оптимизмом;
  - 2) оригинальностью;
  - 3) принципиальная новизна;
  - 4) популярностью.
12. Психологи считают, что гениальные творения создаются благодаря:
- 1) уникальным способностям;
  - 2) полной самоотдаче;
  - 3) уникальным способностям и полной самоотдаче;
  - 4) случайно.

## Тестирование №2

1. Совокупность психических процессов, посредством которых человек осознает себя, называется:
  - 1) самосознанием;
  - 2) Я-концепцией;
  - 3) Я-образом;
  - 4) идентичностью.
2. Какого компонента нет в структуре самосознания?

- 1) когнитивного;
  - 2) эмоционально-оценочного;
  - 3) смыслового;
  - 4) поведенческого.
3. Какую функцию не выполняет самосознание?
- 1) коммуникативную;
  - 2) познания себя;
  - 3) оценивания себя;
  - 4) усовершенствования себя;
  - 5) поиск смысла жизни.
4. Чувство собственной компетентности в какой-то деятельности, суждение о своих способностях и возможностях, называется:
- 1) рефлексией;
  - 2) самоэффективностью;
  - 3) сензитивностью.
5. Какие составляющие содержатся, по теории У. Джемса, в целостном «Я»:
- 1) эмпирическое «Я» и чистое «Я»;
  - 2) объективное «Я» и субъективное «Я»;
  - 3) реальное «Я» и идеальное «Я».
6. Каким термином называют процесс усвоения оценок других людей?
- 1) интериоризацией;
  - 2) экстериоризацией;
  - 3) смысловой интеграцией.
7. Процесс интерпретации, посредством которого человек приходит к определенному мнению о причинах чего-либо, называется:
- 1) локусом контроля;
  - 2) атрибуцией;
  - 3) самоактуализацией.
8. Интернальный локус контроля свидетельствует о склонности человека приписывать ответственность за все происходящее с ним:
- 1) внешним обстоятельствам;
  - 2) окружающим людям;
  - 3) себе;
  - 4) безличным, неконтролируемым силам.
9. Закончите формулу У. Джемса «Самоуважение есть отношение успеха к...»:
- 1) притязаниям;
  - 2) работоспособности;
  - 3) продуктивности;
  - 4) удовлетворенности.
10. Принцип смысловой интеграции образа «Я» позволяет человеку:
- 1) адекватно оценивать себя;
  - 2) правильно оценивать других;
  - 3) сохранить высокое самоуважение, независимо от жизненных неудач;
  - 4) избежать ригидности в оценки ситуации.

### **Доклад, сообщение/ Реферат №1**

Темы докладов:

1. Исторический обзор теорий темперамента.
2. Особенности мыслительного и художественного типа.
3. Особенности поведения людей с определенными типами акцентуаций в конфликтных ситуациях.

### **Доклад, сообщение/ Реферат №2**

Темы докладов:

1. Проблема соотношения способностей и склонностей при выборе профессионального пути.
2. Теории гениальности.
3. Виды одаренности.

### **Собеседование, опрос/Контрольная работа №1**

Задания для контрольной работы:

*Вариант 1*

1. Как связаны потребности и мотивы?
2. Виды мотивации?
3. Чем отличаются действия и операции?

*Вариант 2*

1. Виды операций.
2. Пирамида потребностей А. Маслоу.
3. Формы направленности.

### **Собеседование, опрос/Контрольная работа №2**

Задания для контрольной работы:

*Вариант 1*

1. Опишите структуру самосознания.
2. Виды самооценки.
3. Что такое интереоризация?

*Вариант 2*

1. Раскройте понятие самоатрибуция.
2. Опишите структуру Я - концепции.
3. Что такое самоэффективность.

### **Круглый стол, дискуссия, полемика, дебаты/Эссе №1**

Темы:

1. Как понять, что у человека есть талант?
2. Что в большей степени влияет на развитие способностей: наследственность или среда?
3. Какие способности необходимы психологу?
4. Какие факторы влияют на формирование направленности личности.
5. Что побуждает человека совершать различного рода поступки?
6. Как с помощью механизма «Сдвига мотива на цель» объяснить почему люди становятся трудоголиками или шопоголиками.
7. Как происходит формирование представления человека о самом себе?
8. Как проявляется в различных ситуациях принцип смысловой интеграции Образа Я.
9. Почему люди пользуются защитными механизмами?

### **Задания творческого уровня №1**

Выполните два практических задания на выбор:

Задание 1. Кто такой харизматичный человек?

Задание 2. Приведите примеры литературных персонажей с определенными типами акцентуаций.

### **9.2. Примерный перечень тем курсовой работы**

1. Понятие личности в системе человекознания.

2. Биологическое и социальное в индивидуальном развитии человека.
3. Подходы и методы изучения личности.
4. Соотношение темперамента и характера.
5. Акцентуированные личности по К.Леонгарду.
6. Зарубежные и отечественные концепции способностей.
7. Уровни развития способностей. Талант и гениальность
8. Проблемы мотивации в психологии деятельности.
9. Мотивация отдельных видов деятельности.
10. Креативное мышление.
11. Стресс.
12. Особенности формирования перцептивного образа.
13. Роль представлений в жизни и деятельности человека.
14. Закономерности функционирования человеческой памяти.
15. Мышление как высший уровень познавательных процессов.
16. Социальная детерминация поведения человека и его деятельности.
17. Защитные механизмы личности и факторы их осознания.
18. Профилактика и коррекция неблагоприятных психических состояний.
19. Как формируется представление человека о самом себе?
20. Формирование направленности личности.
21. Формирование самосознания личности.
22. Волевое действие. Воля как высший уровень регуляции. Классификация волевых качеств.
23. Управление состояниями. Способы контроля и управления эмоциональными состояниями.
24. Понятие деятельности. Разработка и развитие теории деятельности в трудах отечественных ученых.
25. Психологические защиты и коппинг-стратегии.

### **9.3. Типовые контрольные задания для промежуточной аттестации: экзамен**

#### **Семестр 2**

#### **Примерный перечень теоретических вопросов к экзамену: Вопрос № 1**

1. Общее представление о сенсорике.
2. Классификация ощущений
3. Общее представление о перцептивном образе.
4. Классификация восприятия.
5. Иллюзии и галлюцинации.
6. Общее представление о представлении.
7. Классификация представлений
8. Общее представление о воображении.
9. Операции воображения
10. Общее представление о внимании.
11. Характеристики внимания
12. Виды памяти
13. Виды мышления
14. Формы мышления
15. Мыслительные операции
16. Общее представление о речи.
17. Речь и мышление.
18. Классификации эмоциональных переживаний.
19. Эмоциональный стресс
20. Свойства эмоций
21. Воля как высший уровень регуляции.
22. Классификация волевых качеств.



23. Определение состояния. Роль и место состояний среди других психических явлений.
24. Функции состояний.
25. Классификация состояний.

**Примерный перечень практических заданий к экзамену: Вопрос № 2**

1. Опишите физиологическую основу ощущений.
2. Опишите физиологическую основу восприятий.
3. Опишите физиологическую основу внимания.
4. Расскажите о патологии внимания.
5. Чем отличается истинная рассеянность от ложной.
6. Проанализируйте процессы памяти на примере заучивания материала.
7. Опишите кривую забывания Эббингауза.
8. Опишите схему решения мыслительных задач.
9. Почему Ш. Холмсу приписывают дедуктивное мышление.
10. Проиллюстрируйте понятие синергии.
11. Назовите причины появления когнитивных искажений.
12. Как проявляется патология воли.
13. Приведите примеры фрустрирующих ситуаций.
14. Приведите примеры способа контроля и управления эмоциональными состояниями.
15. Как проявляется у работника эмоциональное выгорание?

Раздел билета	Компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Количество баллов
Вопрос №1 Теоретический вопрос (проверяет знания («знать»), сформированные дисциплиной)	ОПК-1	Знать основные психологические теории, а также методологию научного исследования для успешной работы в сфере профессиональной деятельности.	50
Вопрос №2 Практическое задание (проверяет умения («уметь»), проверяет практические навыки («владеть»), сформированные дисциплиной)	ОПК-1	Уметь использовать понятийный аппарат, теорию психологической науки для решения задач психологической практики с помощью научно-обоснованного исследования. Владеть методологией научного исследования, основными психологическими знаниями, позволяющими успешно выполнять профессиональную деятельность.	50

**Семестр 3**

**Примерный перечень теоретических вопросов к экзамену: Вопрос № 1**

1. Теория деятельности А. Н. Леонтьева.
2. Понятие о темпераменте. Исторический обзор учений о темпераменте.
3. Конституциональные теории темперамента. Типологии Э. Кречмера и У. Шелдона.
4. Нейродинамические теории темперамента. Учение И. П. Павлова о свойствах нервной системы. Типы нервной системы по И. П. Павлову.
5. Понятие характера. Соотношение темперамента и характера.
6. Структура характера. Черты характера. Классификация черт характера.
7. Акцентуированные личности по К.Леонгарду.
8. Акцентуации характера по А. Личко. Акцентуации и психопатии.
9. Задатки и способности.
10. Классификация способностей. Общие и специальные способности. Теоретические и практические способности.
11. Способность и одаренность.
12. Уровни развития способностей. Талант и гениальность.
13. Понятие потребности.
14. Классификация потребностей.

15. Понятие мотив.
16. Виды мотивов.
17. Понятие мотивации.
18. Виды мотивации.
19. Понятие направленности. Основные виды направленности.
20. Формирование мотивационной сферы личности.
21. Составляющие самосознания и Я-концепции.
22. Функции самосознания
23. Когнитивный компонент самосознания.
24. Эмоционально-оценочный компонент самосознания.
25. Поведенческий компонент самосознания.

### Примерный перечень практических заданий к экзамену: Вопрос № 2

1. Опишите типологию Э. Кречмера. Приведите примеры людей, соответствующей типологии.
2. Опишите типологию У. Шелдона. Приведите примеры людей, соответствующей типологии.
3. Выделите сильные и слабые стороны у всех типов нервной системы по И. П. Павлову.
4. Выделите достоинства и недостатки в теории И. П. Павлова о типах и свойствах нервной системы.
5. Зная классификацию черт характера, опишите главных героев произведения Н. Гоголя «Ревизор».
6. Опишите типологию характера, предложенную К.Юнгом
7. Опишите акцентуированные личности по К.Леонгарду.
8. Задатки как природная основа развития способностей. Приведите примеры.
9. Как происходит формирование мотивационной сферы личности.
10. Опишите акцентуации характера по А. Личко.
11. Объясните различия между акцентуациями и психопатиями.
12. Формирование мотивационной сферы личности.
13. Объясните с помощью механизма «Сдвига мотива на цель» (А. Н. Леонтьева) явление трудоголизма.
14. Объясните с помощью механизма «Сдвига мотива на цель» (А. Н. Леонтьева) явление шопоголизма.
15. Приведите примеры поведения людей в конкретных ситуациях и объясните с помощью механизма «Сдвига мотива на цель» (А. Н. Леонтьева) их мотивы.

Раздел билета	Компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Количество баллов
Вопрос №1 Теоретический вопрос (проверяет знания («знать»), сформированные дисциплиной)	ОПК-1	Знать основные психологические теории, а также методологию научного исследования для успешной работы в сфере профессиональной деятельности.	50
Вопрос №2 Практическое задание (проверяет умения («уметь»), проверяет практические навыки («владеть»), сфор-мированные дисциплиной)	ОПК-1	Уметь использовать понятийный аппарат, теорию психологической науки для решения задач психологической практики с помощью научно-обоснованного исследования. Владеть методологией научного исследования, основными психологическими знаниями, позволяющими успешно выполнять профессиональную деятельность.	50