

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ИСА

УТВЕРЖДАЮ /А.И. Толстухин/  
(Ф.И.О. декана (директора института))

07.03.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

М.1.2.4 Психология саморазвития

*(код и наименование дисциплины по учебному плану)*

Направление подготовки  
(специальность)

08.04.01 Строительство

Квалификация выпускника

Магистр

*(бакалавр/магистр/специалист)*

Программа магистратуры

Управление инвестиционно-строительной деятельностью

Курс 2, 3

Семестр 4, 5

**Распределение учебного времени**

Трудоемкость по учебному плану	108 / 3	часов/зачетных единиц
Лекции	2	часов
Лабораторные работы	-	часов
Практические занятия	2	часов
Иная контактная работа	-	часов
Всего контактной работы (без учета экз.)	4	часов
Контактная работа по экзамену	-	часов
Курсовой проект (работа)	-	семестр
Самостоятельная работа обучающихся (без учета экз.)	104	часов
Самостоятельная работа по подготовке к экзамену	-	часов
Экзамен	-	семестр
Зачет	5	семестр
БРК, ДЗ	-	семестр

\_\_\_\_\_  
(год)

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО направления подготовки (специальности) 08.04.01 Строительство

Программу составили:

доцент, кандидат наук	ИиП	СОГЛАСОВАНО	А.Л. Хинканина
(должность)	(кафедра)		(И.О. Фамилия)

РАССМОТРЕНА и ОДОБРЕНА на заседании кафедры, за которой закреплена дисциплина  
Кафедра истории и психологии

		(наименование кафедры)	
06.03.2023	протокол №	7	
(дата)			

Заведующий кафедрой	СОГЛАСОВАНО	А.Н. Павлова
		(И.О. Фамилия)

Рабочая программа СОГЛАСОВАНА с факультетом (институтом), выпускающей(ими) кафедрой(ами).

СООТВЕТСТВУЕТ действующей ОП.

Заведующий кафедрой	СОГЛАСОВАНО	В.М. Вайнштейн
		(И.О. Фамилия)

Председатель методической комиссии факультета (института), в который входит выпускающая кафедра

	СОГЛАСОВАНО	Ю.А. Кузнецова
		(И.О. Фамилия)

Эксперт(ы): Ершов Игорь Геннадьевич, Директор ООО «Корвет»

Рабочая программа проверена и зарегистрирована в УМЦ 09.03.2023 г.

Специалист учебно-методического центра СОГЛАСОВАНО /Т.А. Смирнова/

## Раздел 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины является достижение планируемых результатов обучения, соответствующих установленным в ОПОП индикаторам достижения компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
1. УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.1 Разработка целей команды в соответствии с целями проекта	<b>знания:</b> Знает как разрабатывать цели команды в соответствии с целями проекта <b>умения:</b> Умеет разработать цели команды в соответствии с целями проекта <b>навыки:</b> Имеет навыки разработки целей команды в соответствии с целями проекта
	УК-3.3 Разработка и корректировка плана работы команды	<b>знания:</b> Знает как разрабатывать и корректировать план работы команды <b>умения:</b> Умеет разработать и корректировать план работы команды <b>навыки:</b> Имеет навыки разработки и корректировки плана работы команды
	УК-3.9 Выбор стратегии формирования команды и контроль её реализации	<b>знания:</b> Знает как разрабатывать стратегии формирования команды и контроль её реализации <b>умения:</b> Умеет разработать стратегии формирования команды и контроль её реализации <b>навыки:</b> Имеет навыки разработки стратегии формирования команды и контроль её реализации
2. УК-5 Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	УК-5.2 Выбор способов интеграции работников, принадлежащих к разным культурам, в производственную команду	<b>знания:</b> Знает как выбрать способ интеграции работников, принадлежащих к разным культурам, в производственную команду <b>умения:</b> Умеет выбирать способы интеграции работников, принадлежащих к разным культурам, в производственную команду <b>навыки:</b> Имеет навыки интеграции работников, принадлежащих к разным культурам, в производственную команду
	УК-5.4 Выбор способа поведения в поликультурном коллективе при конфликтной ситуации	<b>знания:</b> Знает как выбрать способ поведения в поликультурном коллективе при конфликтной ситуации <b>умения:</b> Умеет выбирать способы поведения в поликультурном коллективе при конфликтной ситуации <b>навыки:</b> Имеет навыки поведения в поликультурном коллективе при конфликтной ситуации

3. УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.2 Определение приоритетов собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста	<b>знания:</b> Знает как определить приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста <b>умения:</b> Умеет определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста <b>навыки:</b> Имеет навыки определения приоритетов собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста
	УК-6.3 Выбор технологий целеполагания и целедостижения для постановки целей личностного развития и профессионального роста	<b>знания:</b> Знает как выбрать технологию целеполагания и целедостижения для постановки целей личностного развития и профессионального роста <b>умения:</b> Умеет определять технологии целеполагания и целедостижения для постановки целей личностного развития и профессионального роста <b>навыки:</b> Имеет навыки выбора технологий целеполагания и целедостижения для постановки целей личностного развития и профессионального роста

## Раздел 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина относится к элективным дисциплинам (модулям) ОПОП.

Дисциплина является элективной

Изучаемая дисциплина является основой для продолжения формирования указанных компетенций в следующих государственной итоговой аттестации в форме: Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы (УК-3), Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы (УК-5), Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы (УК-6)

## Раздел 3. ОПИСАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Для формирования заявленных компетенций используются методологические технологии, реализующие деятельностный, личностно-ориентированный, практико-ориентированный подходы.

Основными стратегическими технологиями являются: лекционные занятия, практические занятия, процедуры самообучения

На достижение конкретных целей обучения направлены применяемые тактические технологии: классическая лекция, проблемная лекция, задания

## Раздел 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4 семестр

Виды и темы занятий	Количество часов	Формируемые компетенции
<b>Развитие и саморазвитие в психологии</b>	<b>36</b>	УК-3, УК-5
Лекция. Проблема развития в психологии. Роль идеалов.	2	
Развитие как саморазвитие.		

<p>Задания для самостоятельной работы, в том числе выполнение КР</p> <p>Лекции:</p> <p>Рефлексия как основной способ саморазвития. Самоанализ и осмысление. Интеллектуальная рефлексия.</p> <p>С.Л.Рубинштейн о двух основных способах существования человека. Расширение человеческого сознания в процессе развития форм рефлексии. Универсальность как полнота бытия человека. Социально-перцептивная рефлексия. Механизмы рефлексии, их особенности и свойства. Понятие психотехники. Интеллектуальная и эмоциональная рефлексия. Дискуссия на тему «Основные виды психотехник»: рекреация, релаксация, медитация, самоограничение, визуализация, аутогенная тренировка, послушание: «за» и «против».</p> <p>Практические занятия:</p> <p>Основные подходы к проблеме развития в психологии: натурализм, социоморфизм, культурализм, психолизм, гносеолизм.</p> <p>Культурно-историческая теория Л.С.Выготского и деятельностный подход к развитию психики и личности.</p> <p>Ментальная карта основных психологических концепций о факторах и условиях развития психики (психоанализ, бихевиоризм, гуманистическая психология, гештальтпсихология и др.).</p>	34	
Иная контактная работа:	0	

### 5 семестр

Виды и темы занятий	Количество часов	Формируемые компетенции
<b>Личность и интеллектуальная деятельность</b>	<b>72</b>	УК-5, УК-6
Практическое занятие. Особенности психических феноменов. Знаковое опосредование деятельности в системе «человек – техника» и «человек – знаковая система». Развитие высших психических функций.	2	

Задания для самостоятельной работы, в том числе выполнение реферата Лекции: Личность: основные подходы, динамические и характерологические особенности и свойства. Особенности и типологии личности студента. Саморегуляция и самоорганизация личности как паттерны научно-исследовательской деятельности. Познавательные механизмы, интеллект и творчество в инженерном труде и технологических процессах. Творческий процесс. Способы воображения. Критерии, стадии и особенности творчества в современных условиях динамичного изменения цивилизации. Характерологические особенности креативного индивидуума и творческого коллектива. Технологии творчества. Место эмоций в структуре личности. Роль эмоций в жизни человека. Эмоционально-волевые особенности молодых людей. Содержание и особенности коммуникативной деятельности в сфере инженерного труда. Социально-психологический тренинг. Технологии разрешения конфликта. Практические занятия: Диагностика неискреннего и манипулятивного поведения. Диагностика отрицательных эмоциональных состояний и переживаний личности. Гнев. Страх. Обида. Злость. Вина. Стыд. Зависть. Ревность. Неумение принять чужой успех. Система управления эмоциями Ю.М.Орлова. Когнитивная психотерапия эмоций. Подготовка и участие в тренинговых упражнениях и ролевых играх. Тренинговые упражнения.	70
Иная контактная работа:	0

## Раздел 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины **(модуля)** рекомендуется начать с ознакомления с рабочей программой, ее структурой и содержанием разделов. Учебный материал структурирован, изучение дисциплины осуществляется в тематической последовательности. **Занятия лекционного типа** дают систематизированные знания по дисциплине **(модулю)**, концентрируют внимание на наиболее сложных и важных вопросах. Во время лекционных занятий рекомендуется вести конспектирование учебного материала; обращать внимание на формулировки и категории, раскрывающие суть проблемы, явления или процесса; зафиксировать выводы и практические рекомендации. Подготовка к **занятиям семинарского типа** включает ознакомление с планом **практического** занятия; работу с конспектом лекций, выполнение домашнего задания, работу с учебной и учебно-методической литературой, научными изданиями и электронными образовательными ресурсами, рекомендованными рабочей программой дисциплины **(модуля)**. Содержание **самостоятельной работы** определяется рабочей программой дисциплины **(модуля)**, оценочными и методическими материалами, заданиями и указаниями преподавателя. Самостоятельная работа может осуществляться в аудиторной и внеаудиторной формах. Эффективным средством осуществления самостоятельной работы

является электронная информационно-образовательная среда университета, которая обеспечивает доступ к образовательной программе, рабочей программе дисциплины (модуля), к электронным библиотечным системам, профессиональным базам данных и информационным справочным системам. Изучение дисциплины (модуля) включает выполнение контрольной работы. Периодичность проведения, формы текущего контроля успеваемости, система оценивания хода освоения дисциплин представлены в рабочей программе. Условия аттестации приведены в технологической карте, входящей в состав рабочей программы дисциплины (модуля).  
 Формой промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) является зачёт.

## Раздел 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Учебно-методическое обеспечение

№№ п/п	Список используемой литературы	Количество экземпляров печатных изданий, имеющихся в библиотеке, или электронный адрес издания (ресурса) в сети Интернет
<b>УЧЕБНЫЕ, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ И НАУЧНЫЕ ИЗДАНИЯ</b>		
1.	Грачев, Николай Николаевич. Психология инженерного труда [Текст] : Учеб. пособие для студентов вузов по техн. спец. / Н. Н. Грачев. М.: Высшая школа, 1998. - 332 с. ISBN 5-06-003476-3. Экземпляры: всего 29.	29
2.	Немов, Роберт Семенович. Психология [Текст] : в 3 кн. : учеб. для студентов высш. пед. вузов. Кн. 1 : Общие основы психологии, 2001. - 526 с. ISBN 5-691-00553-7. Экземпляры: всего 66.	66
3.	Немов, Роберт Семенович. Психология [Текст] : в 3 кн. : учеб. для студентов высш. пед. вузов. Кн. 2 : Психология образования, 2001. - 606 с. ISBN 5-691-00233-3. Экземпляры: всего 87.	87
4.	Горянина, Валентина Александровна. Психология общения [Текст] : учеб. пособие для студентов фак. соц. работы / Горянина Валентина Александровна. 3-е изд., стереотип. Москва: Академия, 2005. - 415 с. ISBN 5-7695-2397-2. Экземпляры: всего 17.	17
5.	Реан, Артур Александрович. Психология личности [Текст] : [учебное пособие] / А. А. Реан. Санкт-Петербург: Питер, 2013. - 286 с. ISBN 978-5-496-00226-4. Экземпляры: всего 25.	25
6.	Маралов, Владимир Георгиевич. Психология саморазвития [Текст : Электронный ресурс] : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. 2-е изд. Москва: Юрайт, 2022. - 320 с. ISBN 978-5-9916-9979-2.	<a href="https://urait.ru/bcode/491953">https://urait.ru/bcode/491953</a>
<b>ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ</b>		
1.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>
2.	Научная электронная библиотека «Киберленинка»	<a href="http://cyberleninka.ru">http://cyberleninka.ru</a>

### 6.2. Материально-техническая база и программное обеспечение

№№ п/п	Аудитории для проведения учебных занятий, самостоятельной работы и проведения государственной итоговой аттестации	Перечень основного оборудования	Программное обеспечение
1.	201 (III)	Монитор Samsung 710N TFT 17" (1), Мультимед. актив. акуст. система SVEN SPS-700 (1), Мультимедийный проектор Hitachi CP-X 205 (1), Системный блок RAY P360.3 ,клав,мышь оптич, коврик+ монитор 19" ViewSonic VA916 (1), Стационарный экран (1), Комплект учебной мебели (1)	Microsoft Windows Enterprise, Справочная правовая система "Консультант Плюс", Microsoft Office Standard, Агент Dr.Web, Комплект ГАРАНТ-Мастер, Microsoft Access, Microsoft Visio Professional, Microsoft Project Professional, Microsoft Visual Studio Enterprise, Комплект ПО для решения основных пользовательских задач

## Раздел 7. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ/ ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Критерии оценивания индикаторов достижения компетенций направлены на:

- усвоение теоретического материала (объем знаний, глубина усвоения), предусмотренного рабочей программой;
- умение излагать материал (четкость, грамотность изложения материала, точность и полнота воспроизведения учебного материала);
- умение применять теоретические знания при решении практических заданий.

Шкала оценивания представлена ниже.

Уровень сформированности элементов компетенции	Критерии оценивания	Шкала оценивания
Пороговый уровень	Обучающийся имеет знания основного материала, проявляет умение логично его излагать, но может допускать неточности в изложении материала, недостаточно правильные формулировки, испытывает затруднения в выполнении практических заданий	Зачтено

### 7.1. Промежуточная аттестация обучающихся

Промежуточная аттестация обучающихся направлена на оценивание результатов обучения по дисциплине (модулю) и проводится с использованием фондов оценочных средств.

Примеры типовых контрольных заданий из базы фонда оценочных средств по образовательной программе.

Кейс 0.



Факторы и характеристики эффективной деятельности инженера

Основные виды взаимодействия в деятельности инженера – это....

Личностные характеристики, препятствующие эффективной деятельности инженера это - ...

Вопросы

1. От чего зависят достижения человека?

а) свойств личности и ее отношения к деятельности; б) состояния психических процессов; в) скорости реакций; г) все верно.

2. Что определяет цель, которую ставит перед собой человек, свойственные ей стремления, мотивы, в соответствии с которыми она действует?

а) направленность личности; б) внешняя мотивация; в) внутренняя мотивация; г) потребности; д) желания.

Тематика рефератов

1. 1. Представление о человеке и его саморазвитии в работах Б. Г. Ананьева.
2. 2. Позиция В. Н. Мясищева в рассмотрении вопроса о личности и ее саморазвитии.
3. 3. Подход к пониманию личности и ее саморазвития в работах С. Л. Рубинштейна.
4. 4. Подход к пониманию личности и ее саморазвития в работах Л. С. Выготского.
5. 5. Подход к пониманию личности и ее саморазвития в работах А. Н. Леонтьева.
6. 6. Подход к пониманию личности и ее саморазвития в работах В. А. Петровского.
7. 7. Представление о человеке и ее саморазвитии в работах Л. И. Божович.
8. 8. Позиция М. И. Лисиной в рассмотрении вопроса о человеке и его саморазвитии.
9. 9. К. Роджерс о природе человека и личностном росте.
10. 10. Г. Оллпорт о развитии и саморазвитии личности.
11. 11. А. Маслоу о самоактуализированной личности, саморазвитии человека.
12. 12. Понимание человека и его саморазвития в работах К. Г. Юнга.
13. 13. Понимание человека и его саморазвития в работах А. Адлера.
14. 14. Психоанализ З. Фрейда: взгляд на проблему человека и его саморазвития.
15. 15. Понимание человека и его личностного роста в работах В. Франкла.
16. 16. Э. Фромм о природе человека и его саморазвитии.
17. 17. Понимание человека и его саморазвития в работах Я. Морено.
18. 18. Ф. Перлз о природе человека и его саморазвитии.
19. 19. Понимание человека и его личностного роста в работах В. Райха.
20. 20. Понимание человека и его личностного роста в работах А. Менегетти.



## Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

### Вопросы. Раздел 1.

#### Пороговый уровень:

1. Как появились первые научные знания психике?
2. Кто автор первого трактата по психологии?
3. Какие ученые внесли вклад в развитие психологических знаний?
4. Кто явился основателем первой в мире лаборатории экспериментальной психологии?
5. Кто в России основал первый институт экспериментальной психологии?
6. Перечислите научные психологические школы в России и за рубежом.
7. Назовите основные направления психологических исследований.
8. Какую роль в развитии научной психологии сыграли физики и врачи и почему?
9. К области каких наук можно отнести психологию?
10. Как выглядит структура психики в психоанализе?
11. В чем сила и слабость гуманистической концепции в психологии?
12. Каковы основные методы психологии?
13. Кто является автором деятельностного подхода в психологии?
14. Кто такой Л.С.Выготский?
15. Что такое рефлексия?
16. Что такое психотехника?
17. Как отличить идеал от модного тренда?

#### Продвинутый уровень

1. Как изменялось представление о предмете психологии на разных этапах развития психологической науки
2. Как формировался предмет научной психологии?
3. Какие Вы знаете классификации методов психологии?
4. Что характерно для метода психотерапии?
5. Назовите основные представления о развитии в истории психологии и гуманитарного знания.
6. Что характерно для культурализма?
7. Как трактуется свобода выбора в психоаналитической концепции?
8. В чем специфика «супер-Эго» как части индивидуальной психологической структуры?
9. Что такое архетип и в чем заключается его роль в развитии психики и личности по К.Юнгу?
10. В чем заключается особенность культурно-исторического подхода к развитию личности?
11. Что такое визуализация?
12. Охарактеризуйте явление медитации.

13. Что такое катарсис?
14. В чем заключается содержание процесса идентификации?
15. Дайте характеристику основных типов рефлексии.
16. Механизмы рефлексии, их особенности и свойства.

Высокий уровень:

1. Кто впервые поставил вопрос об эстетической реакции в рамках научной психологии?
2. Почему В.Вундт отказался от дальнейшей разработки метода интроспекции?
3. В чем принципиальная разница психоаналитического и бихевиорального подходов к психике и есть ли сходство между ними?
4. Как должны взаимодействовать в структуре личности «Я-реальное» и «Я-идеальное»?
5. Как взаимодействуют в психической структуре интеллектуальная и эмоциональная рефлексия?
6. В чем разница подходов к определению катарсиса у Аристотеля, Фрейда и Выготского?
7. В чем заключаются особенности характеристики эстетической реакции по Выготскому?
8. Чем отличается подход к развитию психики в культурно-исторической теории от имеющихся концепций и систем?
9. Как коллективное бессознательное может воздействовать на процесс развития личности?
10. Экстраверсия - интроверсия как фактор развития психики (Г.Айзенк).
11. Уровень тревоги и его преодоление – важнейший механизм в становлении личности (К.Хорни)
12. Стимул-реакция-поступок как модель поведенческого развития.
13. Когнитивно-бихевиоральная методологическая система о развитии личности.
14. Идентификация с идеалом как способ преодоления кризисов развития.
15. Плюсы и минусы медитации для духовного статуса человека.
16. Дж.Локк, С.Л.Выготский, С.Л.Рубинштейн о рефлексии: единство и различия.

Раздел 2.

Пороговый уровень:

1. Как сложилось понятие «личность» в психологическом знании?
2. Кто ввел в научный оборот термин «Я-концепция»?
3. Назовите структурные части «Я-концепции» личности.
4. Что такое самосознание?
5. Категория «психологическая защита» в психологии.
6. Типы психологических защит по З.Фрейду.
7. Что такое профессиограмма?
8. Назовите смежные профессии инженера нефтегазового комплекса.
9. Основные виды взаимодействия в деятельности инженера.

10. Психический процесс творчество.
11. Воля: свобода и личная ответственность.
12. Место эмоций в структуре личности.
13. Что такое синдром профессионального выгорания?
14. Дайте определение психическим состояниям человека.
15. Перечислите отрицательные эмоциональные состояния.

Продвинутый уровень:

1. Какой аналог «Я-концепции» личности имеется в российской психологии.
2. Почему именно в психологии дается полное обоснование понятия «личность»?
3. Как соотносятся «Я-эмоциональное» и «Я-физическое» в структуре личности?
4. Как соотносится уровень самосознания и тип деятельности?
5. Конструктивные и неконструктивные психологические защиты.
6. Перечислите особенности памяти на разных этапах возрастного развития
7. Проектирование профессиограммы: основные требования.
8. Какими интеллектуальными характеристиками должен обладать инженер?
9. Личностные характеристики, препятствующие эффективной деятельности инженера НГК.
10. Волевая регуляция поведения в профессиональных ситуациях инженера.
11. Творческое воображение в профессиональной деятельности.
12. Культурный аспект эмоций: потребности и ценности.
13. Управление эмоциями по Ю.В.Орлову
14. Составляющие СПВ по К.Маслачу
15. Эмоциональная культура личности и инженерный труд.

Высокий уровень:

1. Личность как инструмент саморазвития.
2. Внешние и внутренние детерминанты и механизмы развития самосознания.
3. Чем отличаются и в чем сходятся подходы к личности К.Роджерса и А.Маслоу?
4. Как был сформирован клиент-центрированный подход в психотерапевтической системе К.Роджерса?
5. Как взаимно влияют структурные части «Я-концепции» личности?
6. Что является первичным в развитии личности: самосознание или самооценка?
7. Вклад Анны Фрейд в разработку проблемы механизмов психологической защиты.
8. Защита и совладание в экстремальных ситуациях: сходство и различия.

9. Профессиограмма инженера.
10. Особенности требований к профессиям системы «человек - техника».
11. Творческий потенциал и профессиональная компетентность: психологические характеристики.
12. Приведите примеры негативных психических состояний в профессиональной деятельности инженера НГК.
13. Способы преодоления и профилактика СПВ,
14. Основные механизмы совладания в профессии.

### Раздел 3.

#### Пороговый уровень:

1. Что такое социальная перцепция?
2. Дайте характеристику гуманистической модели общения.
3. Какие существуют виды общения?
4. Каковы функции общения?
5. Виды и стили общения.
6. Какие существуют виды психологического влияния?
7. Назовите варианты стратегий поведения в конфликте.
8. Кто впервые употребил термин «тренинг»?
9. Как подготовить тренинг?
10. Основные материальные пространственные условия для проведения тренинга.
11. Распределение времени и ресурсов тренинга.
12. Алгоритм плана тренинга.
13. Основные задачи тренинговой практики.
14. Виды тренинговых групп.
15. Особенности усвоения знаний посредством тренинговых технологий.

#### Продвинутый уровень

1. В чём заключается сущность механизмов межличностного восприятия.
2. Когнитивный диссонанс и способы его преодоления.
3. Перечислите особенности вербальной и невербальной коммуникации.
4. Охарактеризуйте интерактивную сторону межличностного общения.
5. Этимология понятия «тренинг».
6. Охарактеризуйте разные стили лидерства и руководства.
7. Приведите типологию лидеров.
8. Перечислите особенности делового общения.
9. Виды тренингов и тренинговые упражнения.

10. Последовательность и фазы тренинга.
11. Проблема безопасности в тренинговой группе.
12. Проблемные люди в тренинговой деятельности.
13. Упражнения на формирование психологической атмосферы в группе.
14. Особенности разогревающих упражнений.
15. Продуктивное и непродуктивное время в тренинге.

Высокий уровень:

1. Психологические основы установления и развития отношений с коллегами и клиентами.
2. Факторы коммуникации: экстраверсия, эмоциональная стабильность, интеллект.
3. Диагностика неискреннего и манипулятивного поведения.
4. Барьеры взаимодействия и способы их преодоления.
5. Оцените классификацию потребностей А.Маслоу и возможности её применения для изучения и развития мотивационной сферы человека
6. Предложите авторскую трактовку понятия «мотивация»
7. Опишите систему структурных элементов общения
8. Сравните эффективность вербальной и невербальной коммуникации
9. Сравните разные виды совместимости
10. Оцените эффективность разных стилей руководства
11. Проанализируйте внешние и внутренние факторы, влияющие на социально-психологический климат коллектива
12. Сравните известные стратегии поведения в конфликте, определите оптимальный вариант в различных условиях.
13. Приведите примеры межличностных и внутриличностных конфликтов
14. Обозначьте отличия в поведении негативиста и неконформиста.
15. Проведение мозгового штурма: принципы и алгоритм.