

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ



УТВЕРЖДАЮ  
Декан ЭФ

УТВЕРЖДАЮ /Н.М. Стрельникова/  
(Ф.И.О. декана (директора института))

06.03.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б.1.2.10 Психология саморазвития и коллективной деятельности

*(код и наименование дисциплины по учебному плану)*

Направление подготовки  
(специальность)

38.03.01 Экономика

Квалификация выпускника

Бакалавр

*(бакалавр/магистр/специалист)*

Направленность

Финансы и кредит

Курс 1, 2

Семестр 2, 3

**Распределение учебного времени**

Трудоемкость по учебному плану	108 / 3	часов/зачетных единиц
Лекции	4	часов
Лабораторные работы	-	часов
Практические занятия	6	часов
Иная контактная работа	-	часов
Всего контактной работы (без учета экз.)	10	часов
Контактная работа по экзамену	-	часов
Курсовой проект (работа)	-	семестр
Самостоятельная работа обучающихся (без учета экз.)	98	часов
Самостоятельная работа по подготовке к экзамену	-	часов
Экзамен	-	семестр
Зачет	3	семестр
БРК, ДЗ	-	семестр

(год)

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО направления подготовки (специальности) 38.03.01 Экономика

Программу составили:

доцент с ученой степенью кандидата наук	ИиП	СОГЛАСОВАНО	С.Р. Петрухина
(должность)	(кафедра)		(И.О. Фамилия)

РАССМОТРЕНА и ОДОБРЕНА на заседании кафедры, за которой закреплена дисциплина  
Кафедра социальных наук и технологий

		(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	Л.В. Смоленникова
		(И.О. Фамилия)

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

СОГЛАСОВАНО	О.Е. Иванов
	(И.О. Фамилия)

Эксперт(ы): Жубрин Алексей Анатольевич, помощник генерального директора ОАО  
«ММЗ» по информатизации – начальник управления информационных технологий  
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 осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1 Понимает основные аспекты межличностных и групповых коммуникаций	<b>знания:</b> - общие нормы социального взаимодействия; - требования и основные принципы профессиональной этики; <b>умения:</b> - определять свою роль в команде, ставить цели и формулировать задачи, связанные с ее реализацией; - выстраивать взаимодействие при работе в команде, в том числе участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, в интересах выполнения командной задачи, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; <b>навыки:</b> - навыки установления контакта в процессе социального взаимодействия и работы в команде; - навыки выявления угроз нарушения основных принципов профессиональной этики и общих этических норм, принятия управленческих решений, направленных на предупреждение выявленных угроз
	УК-3.2 Применяет методы командного взаимодействия	<b>знания:</b> - основные модели командообразования и технологии эффективной коммуникации в команде; - теоретические основы и практические аспекты организации командной работы, методы анализа группового взаимодействия; <b>умения:</b> проектировать и организовывать командную работу, определять и корректировать командные роли; <b>навыки:</b> способность проектировать и организовывать командную работу
2. УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Адекватно оценивает временные ресурсы и ограничения и эффективно использует эти ресурсы	<b>знания:</b> сферы и направления самореализации, пути достижения более высоких уровней личностного развития и профессиональной деятельности; <b>умения:</b> - адекватно оценивать временные ресурсы и ограничения, эффективно организовывать и структурировать свое время; - критически оценивать эффективность управления своим временем при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; <b>навыки:</b> приемами управления своим временем, выявления и осознания личностных ресурсов и возможностей своего профессионального роста;

	УК-6.2. Выстраивает и реализует персональную траекторию непрерывного образования и саморазвития на его основе	<p><b>знания:</b> сферы и направления самореализации, пути достижения более высоких уровней личностного развития и профессиональной деятельности;</p> <p><b>умения:</b> - выявлять проблемы своего профессионального развития, исходя из личностных ресурсов и этапов профессионального роста; - ставить цели личностного и профессионального развития, строить планы их достижения с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда;</p> <p><b>навыки:</b> приемами и технологиями саморегуляции, саморазвития и самообразования</p>
3. УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1. Осознает значимость и проблемы профессиональной и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями	<p><b>знания:</b> - основные положения Конвенции ООН о правах инвалидов, законодательные и нормативно-правовые основы обеспечения доступности для ЛОВЗ услуг и объектов; - общие подходы к обеспечению доступности для ЛОВЗ объектов и услуг; - этику общения с ЛОВЗ;</p> <p><b>умения:</b> понимать специфику потребностей ЛОВЗ в профессиональной и социальной среде; определять условия для более глубокого вовлечения ЛОВЗ в профессиональную деятельность с учетом их особых потребностей;</p> <p><b>навыки:</b> способность определять условия для более глубокого вовлечения ЛОВЗ в профессиональную деятельность с учетом их особых потребностей;</p>
	УК-9.2. Содействует успешной профессиональной и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями	<p><b>знания:</b> - виды нарушений функций организма, приводящие к инвалидности, и вызываемые ими ограничения способности осуществлять социально-бытовую деятельность; - перечень рекомендуемых видов трудовой и профессиональной деятельности ЛОВЗ с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности;</p> <p><b>умения:</b> - выбирать способы и технологии коммуникации, учитывающие особые потребности ЛОВЗ; - осуществлять подбор видов трудовой и профессиональной деятельности ЛОВЗ;</p> <p><b>навыки:</b> способность подбирать виды трудовой и профессиональной деятельности ЛОВЗ</p>

## 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-6), Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы (УК-9)

### 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: информационные, классическая лекция, проблемная лекция, ролевая игра

### Раздел 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 2 семестр

Виды и темы занятий	Количество часов	Формируемые компетенции
<b>Психология саморазвития личности с ОВЗ</b>	<b>72</b>	УК-3, УК-6, УК-9
Лекция. Саморазвитие как процесс. Понятие саморазвития, самовоспитание, техники саморазвития	2	
Лекция. Психология стресса личности и его профилактика в процессе коллективной деятельности. Понятие стресса, причины возникновения, стадии развития стресса, профилактика стрессовых состояний	2	
Практическое занятие. «Я – концепция». Этапы формирования Я-концепции, составляющие Я-концепции, самопринятие, виды самооценок ЛОВЗ	2	
Практическое занятие. Эмоционально-волевая сфера личности. Понятие эмоциональных состояний, положительные и отрицательные эмоции, структура волевого акта, волевые качества личности с ОВЗ	2	
Задания для самостоятельной работы, в том числе выполнение Личность, индивид, индивидуальность. Эмоционально-волевая сфера ЛОВЗ. Характер. Темперамент. Способности. Психические процессы личности с ОВЗ. Психологические типологии личности с ОВЗ. Приемы психологической саморегуляции.	64	
Иная контактная работа:	0	

#### 3 семестр

Виды и темы занятий	Количество часов	Формируемые компетенции
<b>Психология общения и коллективной деятельности</b>	<b>36</b>	УК-3, УК-6, УК-9
Практическое занятие. Психология общения. Эффективное взаимодействие в процессе делового общения.	2	

Коммуникация, социальная перцепция, интеракция, техники эффективного общения, особенности взаимодействия с лицами с ОВЗ		
Задания для самостоятельной работы, в том числе выполнение Социально-психологические аспекты жизнедеятельности малой группы. Психология конфликта в коллективе, его профилактика. Психология переговорного процесса. Социально-психологические проблемы руководства и лидерства в коллективе. Принятие групповых решений.	34	
Иная контактная работа:	0	

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

Изучение дисциплины «Психология саморазвития и коллективной деятельности» рекомендуется начать с ознакомления с рабочей программой, ее структурой и содержанием разделов. Учебный материал структурирован, изучение дисциплины осуществляется в тематической последовательности.

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 «Психология саморазвития и коллективной деятельности». Содержание **самостоятельной работы** определяется рабочей программой дисциплины «Психология саморазвития и коллективной деятельности», 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 «Психология саморазвития и коллективной деятельности», к электронным библиотечным системам, профессиональным базам данных и информационным справочным системам. Периодичность проведения, формы текущего контроля успеваемости, система оценивания хода освоения дисциплин представлены в рабочей программе. Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Психология саморазвития и коллективной деятельности» является зачет.

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

### 6.1. Учебно-методическое обеспечение

№№ п/п	Список используемой литературы	Количество экземпляров печатных изданий, имеющих в библиотеке, или электронный адрес издания (ресурса) в сети Интернет
<b>УЧЕБНЫЕ, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ И НАУЧНЫЕ ИЗДАНИЯ</b>		
1.	Петрухина, Светлана Разумовна. Социальная психология [Текст : Электронный ресурс] : практикум : [для направлений подготовки "Государственное и муниципальное управление", "Социальная работа",	15 / <a href="https://portal.volgatech.net/books/Petruxina_socialnaia_psixologia_2018.pdf">https://portal.volgatech.net/books/Petruxina_socialnaia_psixologia_2018.pdf</a>

	"Реклама и связи с общественностью"] / С. Р. Петрухина; М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГБОУ ВО "Поволж. гос. технол. ун-т". Йошкар-Ола: ПГТУ, 2018. - 63 с. ISBN 978-5-8158-1942-9. Экземпляры: всего 15.	
2.	Чалдышкина, Наталья Николаевна. Реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья в современном обществе [Текст] : (социально-педагогический аспект) : монография / Н. Н. Чалдышкина, Н. Н. Зыкова; М-во образования и науки Рос. Федерации, [ФГБОУ ВО: "Поволж. гос. технол. ун-т", "Марийс. гос. ун-т"]. Йошкар-Ола: ПГТУ, 2017. - 203 с. ISBN 978-5-8158-1889-7. Экземпляры: всего 11.	11 / <a href="https://portal.volgatech.net/books/Chaldishkina_reabilitacia_detei_2017.pdf">https://portal.volgatech.net/books/Chaldishkina_reabilitacia_detei_2017.pdf</a>
3.	Басенко, В. П. Организационное поведение [Электронный ресурс] : учебное пособие / Басенко В. П., Жуков Б. М., Романов А. А. 3-е изд., стер. Москва: Дашков и К, 2022. - 384 с. ISBN 978-5-394-03559-3.	<a href="https://e.lanbook.com/book/277397">https://e.lanbook.com/book/277397</a>
4.	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>
ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ		
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.	325 (III)	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.

Билет № 0

1. Особенности взаимодействия с лицами с ОВЗ

2. Феномен лидерства.

#### Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

1.

1. Понятие личности в психологии. Структура личности с ОВЗ.
2. Формирование и развитие личности. Основные стадии личностного развития.
3. Эмоции и чувства, их функции. Классификация эмоциональных переживаний.
4. Стресс: положительное и негативное влияние на саморазвитие личности. Стрессоустойчивость.
5. Темперамент: основные типы, характеристики.
6. Характер, его роль в жизни и деятельности человека. Степени выраженности характера.
7. Я-концепция ЛОВЗ.
8. Саморазвитие и самоорганизация.
9. Типологии личности с ОВЗ.
10. Способности: типология и характеристика.



11. Коммуникативные барьеры: виды, уровни прозрачности.
12. Вербальная коммуникация.
13. Невербальная коммуникация.
14. Конфликт как социально-психологический феномен общественной жизни.
15. Массовое сознание и саморазвитие личности.
16. Типы межличностного общения.
17. Определение психологического типа. Психологический портрет личности.
18. Общение как восприятие людьми друг друга.
19. Техника деловых коммуникаций.
20. Этика и этикет общения.
21. Феномен лидерства.
22. Психологическое содержание интеракции: кооперация и конкуренция.
23. Социальная психология групп и коллективов: классификация, особенности, функционирование.
24. Феномены малой группы.
25. Принятие групповых решений.
26. Особенности взаимодействия с лицами с ОВЗ

#### ФОС

1. Темперамент – это ...

- а) совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую и эмоциональную стороны поведения и психических процессов человека;
- б) система устойчивых свойств личности, проявляющихся в отношениях человека к себе, к людям, к труду, к вещам и т. д.;
- в) сознательное регулирование человеком своего поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий;
- г) индивидуально-психологические особенности личности, определяющие успех в деятельности;
- д) субъективное отношение человека к предметам и явлениям окружающей действительности в форме переживаний, связанных с удовлетворением биологически значимых потребностей.

2. Темперамент, будучи ..., является базой большинства свойств личности.

- а) приобретенным; б) социальным; в) динамическим; г) изменчивым; д) врожденным.

3. Особенности человека, выражающиеся в преимущественной направленности активности

личности либо во вне, либо во внутрь, на свои переживания и мысли –

это ...

а) интериоризация – экстериоризация; б) экстраверсия – интроверсия; в) интрапсихическое – интериопсихическое; г) активность – реактивность; д) сензитивность – ригидность.

4. Сильный тип темперамента, характеризующийся подвижностью, высокой психической активностью, разнообразием мимики, уравновешенностью, отзывчивостью и общительностью, это ...

а) сангвиник; б) холерик; в) флегматик; г) меланхолик; д) амбиверт.

5. Представители какой темпераментной группы обладают особой чувствительностью и испытывают наибольшие трудности в общении с малознакомыми людьми?

а) флегматики; б) сангвиники; в) меланхолики; г) холерики; д) амбиверты.

6. Что из перечисленного ниже играет наиболее значимую роль в формировании характера?

а) действия; б) эмоции; в) мышление; г) поступки; д) задатки.

7. У таких людей почти никогда не бывает ни собственного мнения, ни собственной социальной позиции. Они беспрекословно подчиняются обстоятельствам, быстро меняют свои убеждения:

а) конформный тип; б) мыслительный тип; в) чувствующий тип; г) демонстративный тип; д) педантичный тип.

8. Характер – это

а) совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую и эмоциональную стороны поведения и психических процессов человека;

б) система устойчивых свойств личности, проявляющихся в отношениях человека к себе, к людям, к труду, к вещам и т. д.;

в) сознательное регулирование человеком своего поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий;

г) индивидуально-психологические особенности личности, определяющие успех в деятельности;

д) субъективное отношение человека к предметам и явлениям окружающей действительности в форме переживаний, связанных с удовлетворением биологически значимых потребностей.

9. Способности, которые определяют успехи человека в различных видах деятельности и

общения (умственные, речевые и т. д.) – это ...

а) специальные; б) теоретические; в) природные; г) общие; д) учебные.

10. Способности, которые определяют успехи человека в отдельных видах деятельности и общения (математические, литературные, технические и т. д.) – это ...

а) общие; б) специальные; в) практические; г) природные; д) учебные.

11. Врожденные анатомо-физиологические особенности организма человека, составляющие природную особенность его способностей, – это ...

а) навыки; б) свойства; в) задатки; г) умения; д) функции.

12. Определением способностей является ...

а) совокупность индивидуальных особенностей, характеризующих динамическую и эмоциональную стороны поведения и психических процессов человека;

б) система устойчивых свойств личности, проявляющихся в отношениях человека к себе, к людям, к труду, к вещам и т. д.;

в) сознательное регулирование человеком своего поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий;

г) индивидуально-психологические особенности личности, определяющие успех в деятельности;

д) субъективное отношение человека к предметам и явлениям окружающей действительности в форме переживаний, связанных с удовлетворением биологически значимых потребностей.

13. Какое из перечисленных определений соответствует понятию психологического процесса воля?

а) умение человека мобилизовать свои возможности для длительного преодоления трудностей;

б) сознательное регулирование человеком психики и своего поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий;

в) способность контролировать эмоциональную сферу, подчинять поведение решению поставленных задач;

г) умение тормозить чувства, действия, мысли, мешающие осуществлению принятого решения;

д) индивидуально-психологические особенности, определяющие успех в выполнении какой-либо деятельности.

14. Степень необходимого волевого усилия для достижения цели – это ...

а) настойчивость; б) смелость; в) сила воли; г) решительность; д) спокойствие.

15. Какое из перечисленных понятий не относится к волевым качествам личности?

а) выдержка; б) настойчивость; в) смелость; г) доброжелательность; д) дисциплинированность.

16. Как называется модель, которая рассматривает общение как взаимодействие партнеров по общению?

а) перцептивная;  
б) коммуникативная;  
в) интерактивная;  
г) манипулятивная.

17. Обмен информацией, мнениями, переживаниями, соображениями, настроениями – это:

а) перцепция;  
б) коммуникация;  
в) интеракция;  
г) манипуляция.

18. В чем заключается перцептивная сторона общения?

а) в восприятии внешних признаков собеседника;  
б) в обмене информацией;  
в) во взаимодействии;  
г) в обмене приветствиями.

19. К какому из видов невербальных средств общения относится рукопожатие, касание, похлопывание по плечу?

а) кинесика;  
б) такесика;  
в) просодика и экстралингвистика;  
г) проксемика.

20. Что такое эмпатия?

- а) умение добиться благоприятного положительного отношения собеседника к нам;
- б) механизм самопознания в процессе общения, способность человека осознавать то, как он воспринимается партнером по общению;
- в) эмоциональное вчувствование, сопереживание партнеру по общению;
- г) умение найти общий язык с собеседником.

21. Умение добиться благоприятного, стойкого положительного отношения собеседника к нам – это:

- а) рефлексия;
- б) идентификация;
- в) аттракция;
- г) эмпатия.

22. Причины возникновения коммуникативных барьеров:

- а) особенности интеллекта общающихся;
- б) различный лексикон и тезаурус;
- в) неодинаковое знание предмета разговора;
- г) психологические особенности общающихся;
- д) все верно.

23. Способ психологического воздействия, основанный на некритическом восприятии и принятии индивидом целенаправленного потока информации, которая не нуждается в доказательствах и логике:

- а) убеждение;
- б) внушение;
- в) подражание;
- г) заражение.

8. Расположите во временной последовательности основные фазы стресса:

- а) стадия истощения;
- б) реакция тревоги;
- в) стадия сопротивления.

24. Один из эффективных способов регуляции психических состояний:

- а) употребление алкоголя;
- б) нервно-мышечная релаксация;
- в) посещение кинотеатра;
- г) просмотр телепередач.

25. Чрезвычайный или патологический раздражитель, значительное по силе и продолжительности экстремальное воздействие, вызывающее стресс:

- а) перегрузка;
- б) стрессор;
- в) громкий шум;
- г) усталость.

1. Эмоционально тяжелое переживание человеком своей неудачи, сопровождающееся чувством безысходности, крушения надежд в достижении желаемой цели:

- а) горе;
- б) фрустрация;
- г) печаль;
- д) аффект.

27. Социальная установка – это ...

- а) устойчивое внутреннее отношение человека к кому-либо или к чему-либо, включающее мысли, эмоции и действия, предпринимаемые им в отношении данного объекта;
- б) ожидаемые от человека, занимающего в обществе определенное положение, соответствующих действий и поступков;
- в) приписывание какого-либо непосредственно не воспринимаемого свойства предмету, человеку или явлению;
- г) совокупность норм, правил поведения, характеризующих действия человека, занимающего определенное положение в обществе;
- д) способность людей работать вместе, успешно решать задачи, требующие от них согласованности действий.

28. Понятие «атрибуция» можно определить как ...

- а) устойчивое внутреннее отношение человека к кому-либо или к чему-либо, включающее

мысли, эмоции и действия, предпринимаемые им в отношении данного объекта;

б) ожидаемые от человека, занимающего в обществе определенное положение, соответствующих действий и поступков;

в) приписывание какого-либо непосредственно не воспринимаемого свойства предмету, человеку или явлению;

г) совокупность норм, правил поведения, характеризующих действия человека, занимающего определенное положение в обществе;

д) способность людей работать вместе, успешно решать задачи, требующие от них согласованности действий.

29. Коммуникация, как один из структурных элементов межличностного общения, - это ...

а) взаимодействие индивидов; б) обмен информацией; в) межличностное восприятие;

г) влечение одного человека к другому, сопровождающееся положительными эмоциями.

30. Психологические препятствия, устанавливаемые на пути нежелательной информации, называются коммуникативными барьерами. Что, из перечисленного ниже, не относится к ним?

а) различные системы кодификации информации;

б) субъективное обесценивание значимости информации за счет снижения авторитетности ее источника;

в) существенные различия в семантических системах партнеров;

г) сложная логика рассуждений коммуникатора;

д) состояние эмоционального равнодушия, безразличия и бездеятельности.

31. Интеракция, как один из структурных элементов межличностного общения, - это ...

а) взаимодействие индивидов; б) обмен информацией; в) межличностное восприятие;

г) влечение одного человека к другому, сопровождающееся положительными эмоциями.

32. Инцидент – это ...

а) ситуация скрытого или открытого противоборства участников конфликта;

б) противоречие, которое явилось источником конфликта;

в) противоположно направленные убеждения оппонентов;

г) действия участников конфликтной ситуации, провоцирующие резкое обострение противоречия и начало борьбы между ними;

д) истощение личностных и социальных ресурсов оппонентов.

33. Феномен аутгрупповой агрессии включает в себя ...

- а) неприязнь к членам другой группы;
- б) принятие человеком чужого неправильного мнения, подчинение мнению группового большинства;
- в) подчинение мнению группового меньшинства;
- г) девиантное поведение членов группы;
- д) психологическая несовместимость членов группы.

34. К основным теориям лидерства НЕ относится ...

- а) харизматическая; б) ситуативная; в) аффективная; г) синтетическая.

35. Какие из перечисленных ниже норм не относятся к групповым?

- а) нормы общения; б) нормы инструментальной деятельности; в) нормы саморегуляции; г) этические нормы; д) нормы конфликта.

36. Причина конфликта – это:

- а) противоположные мотивы субъектов социального взаимодействия;
- б) стечение обстоятельств, которые проявляют конфликт;
- в) явления, факты, события, которые предшествуют конфликту и при определенных условиях деятельности субъектов социального взаимодействия вызывают его;
- г) накопившиеся противоречия, связанные с деятельностью субъектов социального взаимодействия, которые создают почву для реального противоборства между ними;
- д) то, из-за чего возникает конфликт.

37. Затухание конфликта – это...

- а) временное прекращение противодействия при сохранении основных признаков конфликта;
- б) устранение противоречия третьей стороной;
- в) ликвидация основных структурных элементов конфликта;
- г) возникновение нового, значимого противоречия или изменение объекта;
- д) совместная деятельность участников, направленная на прекращение противодействия и решение проблемы, которая привела к столкновению.



38. Компромисс – это...

- а) метод урегулирования социального конфликта, основанный на взаимных уступках сторон;
- б) обсуждение спорного вопроса;
- в) метод урегулирования социального конфликта, ориентированный на совместное решение проблем;
- г) метод урегулирования социального конфликта, направленный на самоотождествление личности с другим человеком, группой, образом;
- д) метод урегулирования социального конфликта с помощью медиатора.

39. Урегулирование конфликта – это...

- а) временное прекращение противодействия при сохранении основных признаков конфликта;
- б) устранение противоречия третьей стороной;
- в) ликвидация основных структурных элементов конфликта;
- г) возникновение нового, значимого противоречия или изменение объекта;
- д) совместная деятельность участников, направленная на прекращение противодействия и решение проблемы, которая привела к столкновению.

40. Содержание управления конфликтами включает:

- а) прогнозирование, предупреждение (стимулирование), регулирование, разрешение;
- б) прогнозирование, предупреждение (стимулирование), разрешение;
- в) прогнозирование, регулирование, разрешение;
- г) прогнозирование, анализ, предупреждение, разрешение;
- д) анализ конфликтной ситуации, прогнозирование, предупреждение, разрешение.