

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО СВЯЗИ

**Федеральное государственное
образовательное бюджетное учреждение
высшего профессионального образования
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ
им. проф. М. А. БОНЧ-БРУЕВИЧА»**

Е. В. БЕЛОВА

ПСИХОЛОГИЯ

ПРАКТИКУМ

Часть 2

СПб ГУТ)))

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
2014**

УДК 159.9(077)
ББК 88.3я73
Б43

Рецензент
кандидат политических наук, доцент кафедры СПН СПбГУТ
И. Г. Чередов

*Рекомендовано к печати
редакционно-издательским советом СПбГУТ*

Белова, Е. В.
Б43 Психология : практикум. Часть 2 / Е. В. Белова ; СПбГУТ. –
СПб., 2014. – 48 с.

Содержит теоретические основы, практические задания и упражнения, тесты и контрольные вопросы по дисциплине «Психология» для студентов всех направлений и форм обучения.

Написано в соответствии с рабочей учебной программой дисциплины «Психология». Рекомендуются при подготовке к практическим и семинарским занятиям, а также зачету.

**УДК 159.9(077)
ББК 88.3я73**

© Белова Е. В., 2014

© Федеральное государственное образовательное бюджетное учреждение высшего профессионального образования «Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций им. проф. М. А. Бонч-Бруевича», 2014

СОДЕРЖАНИЕ

3. МОДЕЛИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ И ИНТЕЛЛЕКТА	4
3.1. Исследование личности	4
3.2. Исследование интеллекта	17
3.3. Исследование креативности	20
Итоговый тест по дисциплине «Психология»	28
Темы контрольных работ и методические указания по их выполнению	31
Список рекомендованной литературы	35
Глоссарий	37

3. МОДЕЛИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ И ИНТЕЛЛЕКТА

3.1. Исследование личности

Цель: определить ключевые особенности личности и их индивидуальное проявление.

Информационный лист

Относительно задач моделирования и диагностики, категории личности и интеллекта являются одними из самых сложных метакатегорий психологии. Личность выступает в качестве одной из интегрирующих характеристик психики человека. С помощью математического и компьютерного моделирования возможно построение моделей **личности и интеллекта**.

Выделяют два подхода измерения и распознавания индивидуально-психологических особенностей человека: **номотетический** и **идеографический** (табл. 3.1).

Таблица 3.1

Сравнение номотетического и идеографического подходов

Основание	Номотетический подход	Идеографический подход
Понимание объекта измерения	Понимание личности как набора свойств	Понимание личности как целостной системы
Направленность измерения	Выявление и измерение общих для всех людей свойств личности	Распознавание индивидуальных особенностей личности
Методы измерения	Стандартизованные методы измерения, требующие сопоставления с нормой	Проективные методики и идеографические техники

Номотетический подход (лат. образец) – измерение индивидуально-психологических особенностей, требующее соотнесения с нормой. К номотетическому подходу относят факторноаналитические модели личности (**Р. Кеттелл, Г. Айзенк**).

Идеографический подход (греч. образ, идея) – распознавание индивидуально-психологических особенностей и их описание.

Реймонд Кеттелл – англо-американский психолог (был ассистентом у Ч. Спирмена (разработчика факторного анализа)) рассматривал личность как то, что позволяет предсказывать действия человека в данной ситуации. Будучи сторонником математического анализа личности, Кеттелл придерживался мнения, что предсказание поведения может быть осуществлено посредством *уравнения спецификации*. Главная формула, используемая Кеттеллом для предсказания поведения с определенной степенью точности:

$$R = f(S, P),$$

где R – ответная реакция человека, S – стимулирующая ситуация в конкретный момент времени, P – структура личности.

Главная организующая идея концепции личности заключается в описаниях различных типов выявленных черт. Черты личности – относительно постоянные тенденции реагировать определенным образом в разных ситуациях и в разное время; это гипотетические психические структуры, обнаруживающиеся в поведении, которые обуславливают предрасположенность поступать единообразно в различных обстоятельствах и с течением времени. В результате проведения многократных процедур факторного анализа данных *Кеттелл* пришел к выводу, что черты личности (или факторы) можно классифицировать несколькими способами.

1. Поверхностные черты – исходные черты.

Поверхностные черты – совокупность поведенческих характеристик, которые при наблюдении выступают в неразрывном единстве, не имеют единой основы и временного постоянства, и поэтому не считаются значимыми для объяснения поведения. *Исходные черты* – основополагающие структуры, которые образуют блоки самого здания личности. Это некие объединенные величины или факторы, определяющие то постоянство, которое наблюдается в поведении человека.

Основополагающая структура личности образована примерно 16 исходными чертами. Шкала для их измерения – опросник Кеттелла «16 личностных факторов».

2. Конституциональные черты – черты, сформированные окружающей средой.

Конституциональные черты развиваются из биологических и физиологических данных индивидуума. *Черты, сформированные окружающей средой*, обусловлены влияниями в социальном и физическом окружении. Они отражают характеристики и стили поведения, усвоенные в процессе научения, и формируют модель, запечатленную в личности ее окружением.

3. Способности, темперамент и динамические черты.

Исходные черты могут быть классифицированы в терминах модальности, посредством которой они выражаются. *Способности* как черты определяют умения человека и его эффективность в достижении желаемой цели. Черты *темперамента* относятся к другим эмоциональным и стилистическим качествам поведения. *Кеттелл* рассматривает черты темперамента как конституциональные исходные черты, определяющие эмоциональность человека. *Динамические черты* отражают мотивационные элементы поведения человека, активирующие и направляющие субъекта к конкретным целям.

4. Общие черты – уникальные черты.

Общая черта присутствует в различной степени у всех представителей одной и той же культуры. *Уникальные черты* имеются лишь у немногих или вообще у кого-то одного. Уникальные черты особенно часто проявляются в сферах интересов и установок.

Свои данные *Кеттелл* черпает из трех основных источников: данные регистрации реальных жизненных фактов (L-данные), данные самооценки при заполнении анкет (Q-данные) и данные объективных тестов (Т-данные).

Ганс Айзенк соглашается с Кеттеллом, что целью психологии является предсказание поведения. Он также разделяет приверженность Кеттелла факторному анализу как способу охватить целостную картину личности. Однако Айзенк был убежден, что для объяснения большей части поведенческих проявлений человека необходимо не более трех суперчерт (которые он называет типами). В итоге, он предложил **иерархическую модель личности**.

В своем раннем исследовании Айзенк выявил два основных типа, которые назвал *интроверсия – экстраверсия и нейротизм – стабильность*. Эти два измерения личности статистически не зависят друг от друга. Соответственно, людей можно разделить на четыре группы, каждая из которых представляет собой некую комбинацию высокой или низкой оценки в диапазоне одного типа вместе с высокой или низкой оценкой в диапазоне другого типа (табл. 3.2).

Таблица 3.2

Типы личности по Г. Айзенку

	Стабильный	Невротичный
Интроверт	Спокойный, уравновешенный, надежный, контролируемый, миролюбивый, внимательный, заботливый, пассивный	Легко поддающийся переменам настроения, тревожный, ригидный, рассудительный, пессимистичный, замкнутый, тихий, необщительный
Экстраверт	Лидер, беззаботный, веселый, покладистый, отзывчивый, разговорчивый, дружелюбный, общительный	Ранимый, беспокойный, агрессивный, возбудимый, непостоянный, импульсивный, оптимистический, активный

Никакая из комбинаций этих типов личности не может быть более предпочтительной, чем другая. Кроме того, Айзенк ввел третий тип измерения личности: **психотизм – сила суперэго**. Люди с высокой степенью выраженности этой суперчерты эгоцентричны, импульсивны, равнодушны к другим, склонны противиться общественным устоям. *Психотизм – сила суперэго* – генетическая предрасположенность стать психотической или психопатической личностью.

Выводы

1. Личность – одна из базовых метакатегорий психологии. Моделирование личности подразумевает выявление обобщенных ее характеристик.
2. Выделяют два подхода измерения и распознавания индивидуально-психологических особенностей человека: **номотетический** и **идеографический**.
3. Номотетический подход (лат. образец) – измерение индивидуально-психологических особенностей, требующее соотнесения с нормой. К номо-

тетическому подходу относят факторноаналитические модели личности (Р. Кеттелл, Г. Айзенк). *Идеографический подход* (от греч. образ, идея) – распознавание индивидуально-психологических особенностей и их описание.

Вопросы для самопроверки

Прочитайте и ответьте на следующие вопросы.

1. В чем существенная разница между номотетическим и идеографическим подходами к исследованию личности?
2. В чем заключается индивидуальность человека?
3. Какие типы личности выделил *Р. Кеттелл* и *Г. Айзенку*?

Задания и упражнения для самостоятельной работы

Задание 1. Психодиагност

Инструкции: самостоятельно пройдите методику Айзенка EPQ (подробное описание методики, ключи и интерпретация результатов представлены, например, в практикуме «Практическая психодиагностика. Методики и тесты»¹ на страницах 121–132, ее адаптация А. Г. Шмелева – на страницах 133–141) и Методику многофакторного исследования личности Р. Кеттелла (варианты опросника представлены на страницах 192–260).² Сопоставьте полученные результаты. Какие блоки личности выделили авторы (Р. Кеттелл, Г. Айзенк) как ключевые. Какая методика, на ваш взгляд, лучше отражает вашу индивидуальность.

Опросник Айзенка EPQ предназначен для изучения индивидуально-психологических черт личности как существенных компонентов личности: нейротизма, экстраверсии (интроверсии) и психотизма. Опросник содержит 101 вопрос, на которые нужно ответить «да» («+»), либо «нет» («-»). Время ответа не ограничивается. **Опросник Р. Кеттелла** предназначен для измерения шестнадцати факторов личности и дает многогранную информацию о конституционных факторах (личностных чертах). Опросник содержит 187 вопросов.

Тест 1. Методика определения типа характера по К. Юнгу³

Давайте ответ на поставленный вопрос (вариант ответа а или б).

1. Что вы предпочитаете?
 - а) немного близких друзей;
 - б) большую товарищескую компанию.
2. Какие книги вы предпочитаете читать?

¹ Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара: Бахрах-М, 2001. – 672 с.

² Там же.

³ Там же.

- а) с занимательным сюжетом;
 - б) с раскрытием переживаний другого.
3. Что вы скорее можете допустить в работе?
- а) опоздание;
 - б) ошибки.
4. Если вы совершаете дурной поступок, то:
- а) остро переживаете;
 - б) острых переживаний нет.
5. Как вы сходитесь с людьми?
- а) быстро, легко;
 - б) медленно, осторожно.
6. Считаете ли вы себя обидчивым?
- а) да;
 - б) нет.
7. Склонны ли вы смеяться от души?
- а) да;
 - б) нет.
8. Считаете ли вы себя:
- а) молчаливым;
 - б) разговорчивым.
9. Откровенны ли вы или скрытны?
- а) откровенен;
 - б) скрытен.
10. Любите ли вы заниматься анализом своих переживаний?
- а) да;
 - б) нет.
11. Находясь в обществе, вы предпочитаете:
- а) говорить;
 - б) слушать.
12. Часто ли вы переживаете недовольство собой?
- а) да;
 - б) нет.
13. Любите ли вы что-нибудь организовывать?
- а) да;
 - б) нет.
14. Хотелось бы вам вести интимный дневник?
- а) да;
 - б) нет.
15. Быстро ли вы переходите от решения к выполнению?
- а) да;
 - б) нет.
16. Легко ли меняется ваше настроение?
- а) да;

б) нет.

17. Любите ли вы убеждать других, навязывать свои взгляды?

а) да;

б) нет.

18. Ваши движения:

а) быстры;

б) медленны.

19. Вы беспокоитесь о возможных неприятностях?

а) часто;

б) редко.

20. В затруднительных случаях вы:

а) спешите обратиться за помощью;

б) не обращаетесь.

Ключ

О вашей **экстраверсии** говорят следующие варианты ответов: 1 б, 2 а, 3 б, 5 а, 6 б, 7 а, 8 б, 9 а, 10 б, 11 а, 12 б, 13 а, 14 б, 15 а, 16 а, 17 а, 18 а, 19 б, 20 а.

Подсчитывается количество совпавших ответов и умножается на 5.

Баллы 0–35 – интроверсия.

Баллы 36–65 – амбиверсия.

Баллы 66–100 – экстраверсия.

Тест 2. Методика диагностики темперамента Я. Стреляу⁴

Тест-опросник направлен на изучение трех основных характеристик нервной деятельности: уровня процессов возбуждения, уровня процессов торможения, уровня подвижности нервных процессов. Тест содержит три шкалы, которые реализованы в виде перечня из 134 вопросов, предполагающих один из вариантов ответов: «да», «не знаю», «нет».

Инструкция: вам будет предложено несколько вопросов об особенностях вашего поведения в различных условиях и ситуациях. Это не испытание ума или способностей, поэтому нет ответов хороших или плохих. Мы заинтересованы в правдивых ответах. На ответы следует отвечать поочередно, не возвращаясь к предыдущим ответам. Отвечайте «да», «не знаю», «нет». Не пропускайте какого-либо вопроса.

1. Относите ли вы себя к людям, легко устанавливающим товарищеские контакты?

2. Способны ли вы воздержаться от того или иного действия до момента, пока не получите соответствующего распоряжения?

⁴ Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара : Бахрах-М, 2001. – 672 с.

3. Достаточно ли вам непродолжительного отдыха для восстановления сил после утомительной работы?
4. Умеете ли вы работать в неблагоприятных условиях?
5. Воздерживаетесь ли вы во время дискуссий от неделовых, эмоциональных аргументов?
6. Легко ли вы возвращаетесь к ранее выполняемой работе после длительного перерыва (после отпуска, каникул и т. д.)?
7. Будучи увлеченным работой, забываете ли вы об усталости?
8. Способны ли вы, поручив кому-нибудь определенную работу, терпеливо ждать ее окончания?
9. Засыпаете ли вы одинаково легко, ложась спать в разное время дня?
10. Умеете ли вы хранить тайну, если вас об этом просят?
11. Легко ли вам возвращаться к работе, которой вы не занимались несколько недель или месяцев?
12. Можете ли вы терпеливо объяснять кому-либо что-то непонятное?
13. Нравится ли вам работа, требующая умственного напряжения?
14. Вызывает ли у вас монотонная работа скуку или сонливость?
15. Легко ли вы засыпаете после сильных переживаний?
16. Можете ли вы, если нужно, воздержаться от проявления своего превосходства?
17. Ведете ли вы себя как обычно в кругу незнакомых вам людей?
18. Трудно ли вам сдерживать злость или раздражение?
19. В состоянии ли вы владеть собой в тяжелые минуты?
20. Умеете ли вы, когда это требуется, приспособить свое поведение к поведению окружающих?
21. Охотно ли вы беретесь за выполнение ответственных работ?
22. Влияет ли обычное окружение, в котором вы находитесь, на ваше настроение?
23. Способны ли вы переносить неудачи?
24. В присутствии того, от кого вы зависите, говорите вы так же свободно, как обычно?
25. Вызывают ли у вас раздражение неожиданные изменения в расписании дня?
26. Есть ли у вас на все готовый ответ?
27. В состоянии ли вы вести себя спокойно, когда ждете важное для себя решение?
28. Легко ли вы организуете первые дни своего отпуска, каникул?
29. Обладаете ли вы быстротой реакции?
30. Легко ли вы приспособливаете свою походку или манеры к походке или манерам людей более медлительных?
31. Ложась спать, засыпаете ли вы быстро?
32. Охотно ли вы выступаете на собраниях, на семинарах?
33. Легко ли вам испортить настроение?

34. Легко ли вы отрываетесь от выполняемой работы?
35. Воздерживаетесь ли вы от разговоров, если они мешают другим?
36. Легко ли вас спровоцировать на что-либо?
37. При совместном выполнении какой-либо работы легко ли вы срабатываете с партнером?
38. Всегда ли вы задумываетесь перед выполнением какого-либо важного дела?
39. Если вы читаете какой-либо текст, то удастся ли вам следить от начала до конца за ходом рассуждений автора?
40. Легко ли вы вступаете в разговор с попутчиком?
41. Воздерживаетесь ли вы от убеждения кого-либо в том, что он не прав, если такое поведение целесообразно?
42. Охотно ли вы беретесь за работу, требующую большой ловкости рук?
43. В состоянии ли вы изменить уже принятое вами решение, учитывая мнение других?
44. Быстро ли вы привыкаете к новой системе работы?
45. Можете ли вы работать ночью, после того, как работали весь день?
46. Быстро ли вы читаете беллетристическую литературу?
47. Часто ли вы отказываетесь от своих намерений, если возникают препятствия?
48. Сохраняете ли вы самообладание в ситуациях, которые того требуют?
49. Просыпаетесь ли вы обычно быстро и без труда?
50. В состоянии ли вы воздержаться от моментальной, импульсивной реакции?
51. Можете ли вы работать в шумной обстановке?
52. Можете ли вы воздержаться, когда необходимо, от того, чтобы не сказать правду прямо в глаза?
53. Успешно ли вы сдерживаете волнение перед экзаменом, накануне встречи с начальником и т. п.?
54. Быстро ли вы привыкаете к новой среде?
55. Нравятся ли вам частые перемены?
56. Восстанавливаете ли вы полностью свои силы после ночного отдыха, если накануне днем у вас была тяжелая работа?
57. Избегаете ли вы занятий, выполнение которых требует разнообразных действий в течение короткого времени?
58. Как правило, вы самостоятельно справляетесь с возникшими трудностями?
59. Ожидаете ли вы окончания речи кого-либо, прежде чем начинаете говорить сами?
60. Умея плавать, прыгнули бы вы в воду, чтобы спасти утопающего?
61. Способны ли вы к напряженной учебе, работе?
62. Можете ли вы воздержаться от неуместных замечаний?
63. Придаете ли вы значение постоянному месту во время работы, приема пищи, на лекциях и т. п.?

64. Легко ли вам переходить от одного занятия к другому?
65. Взвешиваете ли вы все «за» и «против» перед тем, как принять важное решение?
66. Легко ли вы преодолеваете встречающиеся вам препятствия?
67. Воздерживаетесь ли вы от рассматривания чужих вещей, бумаг?
68. Испытываете ли вы скуку, когда занимаетесь стереотипной деятельностью, которая всегда выполняется одинаково?
69. Удастся ли вам соблюдать запреты, обязательные в общественных местах?
70. Воздерживаетесь ли вы во время разговора, выступления или ответа на вопросы от лишних движений и жестыкуляций?
71. Нравится ли вам оживленное движение вокруг?
72. Нравится ли вам работа, требующая больших усилий?
73. В состоянии ли вы длительное время сосредотачивать внимание на выполнении определенной задачи?
74. Любите ли вы задания, требующие быстрых движений?
75. Умеете ли вы владеть собой в трудных жизненных ситуациях?
76. Если надо, подниметесь ли вы с постели сразу после пробуждения?
77. Можете ли вы после окончания порученной вам работы терпеливо ждать, когда закончат свою работу другие?
78. Действуете ли вы так же четко и после того, как стали свидетелем каких-либо неприятных событий?
79. Быстро ли вы просматриваете газеты?
80. Случается ли вам говорить так быстро, что вас трудно понять?
81. Можете ли вы нормально работать не выспавшись?
82. В состоянии ли вы длительное время работать без перерыва?
83. Можете ли вы работать, если у вас болит голова, зубы, и т. п.?
84. Спокойно ли вы продолжаете работу, которую необходимо окончить, если знаете, что ваши товарищи развлекаются и ждут вас?
85. Отвечаете ли вы быстро на неожиданные вопросы?
86. Быстро ли вы говорите обычно?
87. Можете ли вы спокойно работать, если ожидаете гостей?
88. Легко ли вы меняете свое мнение под влиянием разумных аргументов?
89. Терпеливы ли вы?
90. Можете ли приспособиться к ритму человека более медлительного, чем вы?
91. Можете ли вы планировать свои занятия так, чтобы выполнять в одно и то же время несколько взаимосвязанных дел?
92. Может ли веселая компания изменить ваше угнетенное состояние?
93. Умеете ли вы без особого труда выполнять несколько действий одновременно?
94. Сохраняете ли вы психическое равновесие, когда являетесь свидетелем несчастного случая?

95. Любите ли вы работу, требующую множества разнообразных манипуляций?
96. Сохраняете ли вы спокойствие, если кто-либо из близких страдает?
97. Самостоятельны ли вы в трудных жизненных условиях?
98. Свободно ли вы чувствуете себя в большой или незнакомой компании?
99. Можете ли вы сразу прервать разговор, если это требуется (например, при начале киносеанса, концерта, лекции)?
100. Легко ли вы приспосабливаетесь к методам работы других людей?
101. Нравится ли вам часто менять род занятий?
102. Склонны ли вы брать инициативу в свои руки, если случается что-нибудь из ряда вон выходящее?
103. Воздерживаетесь ли вы от смеха в неподходящих случаях?
104. Начинаете ли вы работать сразу же интенсивно?
105. Решаетесь ли вы выступить против общественного мнения, если вам кажется, что вы правы?
106. Удастся ли вам преодолеть состояние временной депрессии (подавленности)?
107. Нормально ли вы засыпаете после сильного умственного утомления?
108. В состоянии ли вы спокойно долго ждать, например в очереди?
109. Воздерживаетесь ли вы от вмешательства, если заранее известно, что оно ни к чему не приведет?
110. Можете ли вы спокойно аргументировать свои высказывания во время бурного разговора?
111. Можете ли вы мгновенно реагировать на необычную ситуацию?
112. Ведете ли вы себя тихо, если вас об этом просят?
113. Соглашаетесь ли вы без особых внутренних колебаний на болезненные врачебные процедуры?
114. Умеете ли вы интенсивно работать?
115. Охотно ли вы меняете места развлечений, отдыха?
116. Трудно ли вам привыкнуть к новому распорядку дня?
117. Спешите ли вы оказать помощь в неожиданном случае?
118. Присутствуя на спортивных соревнованиях, в цирке и т. п., воздерживаетесь ли вы от неожиданных выкриков и жестов?
119. Нравятся ли вам занятия, требующие по своему характеру ведения беседы со многими людьми?
120. Владаете ли вы мимикой?
121. Нравятся ли вам занятия, которые требуют энергичных движений?
122. Считаете ли вы себя смелым человеком?
123. Прерывается ли у вас голос (вам трудно говорить) в необычной ситуации?

124. Можете ли вы преодолеть нежелание работать в момент неудачи?
125. В состоянии ли вы длительное время стоять, сидеть спокойно, если вас об этом просят?
126. В состоянии ли вы преодолеть свое веселье, если это может кого-нибудь задеть?
127. Легко ли вы переходите от печали к радости?
128. Легко ли вы выходите из равновесия?
129. Соблюдаете ли вы без особых затруднений обязательные в вашей среде правила поведения?
130. Нравится ли вам выступать публично?
131. Приступаете ли вы к работе обычно быстро, без длительного подготовительного периода?
132. Готовы ли вы прийти на помощь другому, рискуя жизнью?
133. Энергичны ли ваши движения?
134. Охотно ли вы выполняете ответственную работу?

Ключ и обработка результатов

Оценка степени выраженности каждого свойства (силы процессов возбуждения и торможения), а также их подвижности производится путем суммирования баллов, полученных за ответы на вопросы. При подсчете удобно использовать трафарет с прорезями, соответствующими ключу по шкалам. При наложении трафарета на лист с ответами, совпадение крестика в прорези с кодом соответствует оценке в два балла; если не совпадает, то испытуемый получает нулевую оценку; ответ «не знаю» оценивается в один балл. Сумма в 42 балла и выше по каждому свойству рассматривается как высокая степень его выраженности.

Ключ

Сила процессов возбуждения.

Да: 3, 4, 7, 13, 15, 16, 19, 21, 23, 24, 32, 39, 45, 56, 60, 61, 66, 72, 73, 78, 81, 82, 83, 94, 97, 98, 102, 105, 106, 113, 114, 117, 121, 122, 124, 130, 132, 133, 134.

Нет: 47, 51, 107, 123.

Сила процессов торможения.

Да: 2, 5, 8, 10, 12, 16, 27, 30, 36, 37, 38, 41, 48, 50, 52, 53, 62, 65, 69, 70, 75, 77, 84, 87, 89, 90, 96, 99, 103, 108, 109, 110, 112, 118, 120, 125, 126, 129.

Нет: 18, 34, 36, 59, 67, 128.

Подвижность нервных процессов.

Да: 1, 6, 9, 11, 14, 20, 22, 26, 28, 29, 31, 33, 40, 42, 43, 44, 46, 49, 54, 55, 64, 68, 71, 74, 76, 79, 80, 85, 86, 88, 91, 92, 93, 95, 100, 101, 107, 111, 115, 116, 119, 127, 131.

Нет: 25, 57, 63.

Тест 3. Методика «ценностные ориентации» (М. Рокич)⁵

Система ценностных ориентации определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни». Методика основана на прямом ранжировании списка ценностей. **М. Рокич** различает два класса ценностей:

терминальные – убеждения в том, что какая-то конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться;

инструментальные – убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации.

Это деление соответствует традиционному делению на **ценности-цели** и **ценности-средства**.

Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей.

Инструкция: сейчас вам будет предъявлен набор из 18 ценностей. Ваша задача – проранжировать их по порядку значимости для вас как принципов, которыми вы руководствуетесь в вашей жизни. Внимательно изучите список и, выбрав ту ценность, которая для вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Наименее важная останется последней и займет 18 место.

Работайте, не спеша, вдумчиво. Если в процессе работы вы измените свое мнение, то можете исправить свои ответы. Конечный результат должен отражать вашу истинную позицию.

Список А (терминальные ценности):

- активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);
- жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом);
- здоровье (физическое и психическое);
- интересная работа;
- красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве);
- любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
- материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);
- наличие хороших и верных друзей;
- общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе);

⁵Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара : Бахрах-М, 2001. – 672 с.

- познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие);
- продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);
- развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование);
- развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);
- свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках);
- счастливая семейная жизнь;
- счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом);
- творчество (возможность творческой деятельности);
- уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений).

Список Б (инструментальные ценности):

- аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах;
- воспитанность (хорошие манеры);
- высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания);
- жизнерадостность (чувство юмора);
- исполнительность (дисциплинированность);
- независимость (способность действовать самостоятельно, решительно);
- непримиримость к недостаткам в себе и других;
- образованность (широта знаний, высокая общая культура);
- ответственность (чувство долга, умение держать слово);
- рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения);
- самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);
- смелость в отстаивании своего мнения, своих взглядов;
- твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями);
- терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения);
- широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки);
- честность (правдивость, искренность);
- эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе);
- чуткость (заботливость).

После прохождения методики можно ответить на следующие вопросы. В каком порядке, и в какой степени (в процентах) реализованы данные ценности в вашей жизни? Как бы вы расположили эти ценности, если бы стали таким, каким мечтали? Как, на ваш взгляд, это сделал бы человек, совершенный во всех отношениях? Как сделало бы это, по вашему мнению, большинство людей? Как это сделали бы вы 5 или 10 лет назад? Как это сделали через 5 или 10 лет? Как ранжировали бы карточки близкие вам люди?

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку в содержательные блоки, но разным основаниям. Так, например, выделяются «конкретные» и «абстрактные» ценности, ценности профессиональной самореализации и личной жизни и т. д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела; индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности; ценности самоутверждения и ценности принятия других и т. д. Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность системы ценностей или даже неискренность ответов.

3.2. Исследование интеллекта

Цель: определить интеллект как метапсихологическую категорию.

Информационный лист

Интеллект (лат. *intellectus* – разумение, понимание, постижение) в психологии определяется как общая способность к познанию и решению проблем, определяющая успешность любой деятельности и лежащая в основе других способностей. В 1905 г. французские ученые **А. Бине** и **Т. Симон** создали первую тестовую батарею для оценки интеллектуального развития детей от 3 до 13 лет в соответствии с определенной возрастной нормой. Число правильно решенных заданий теста характеризует *умственный возраст* ребенка. В 1912 г. немецкий психолог **В. Штерн** предложил измерять уровень интеллектуального развития с помощью подсчета *коэффициента интеллекта* (IQ), который выражается отношением умственного возраста к хронологическому возрасту ребенка.

Существует множество тестов на диагностику уровня развития интеллекта детей и взрослых (прогрессивные матрицы Равена, тест Векслера, CFIT тест Кеттелла, тест Амтхауэра и др.). В настоящее время существует обоснованная критика тестов на интеллект (**М. А. Холодная**), а также концепции, посвященные определению «социального интеллекта» (**Дж. Гилфорд**), «эмоционального интеллекта» (**Н. Холл**), «практического интеллекта» (**Р. Стернберг**).

Появление тестов интеллекта повлекло за собой постановку ряда новых исследовательских проблем. Одна из них – проблема моделирования структуры интеллектуальных способностей. В психологии сложились два основных направления исследований в этой области:

1) представители первого направления рассматривают интеллект как набор относительно независимых умственных способностей (например, в мультифакторной модели интеллекта, разработанной *Л. Терстоуном*; модели *Дж. Гилфорда*);

2) второе направление базируется на идее наличия общего фактора интеллекта, определяющего специфику и продуктивность всей интеллектуальной деятельности человека. *Ч. Спирмен* выдвинул концепцию «генерального фактора» – *G* (англ. general factor), рассматривая интеллект как общую «умственную энергию», уровень которой определяет успешность и продуктивность всей интеллектуальной деятельности. Специальные способности носят у Ч. Спирмена название *S-факторов* (англ. special – специальный). Решение любой задачи подразумевает использование и *G*, и *S* способностей. *Дж. Равен* разработал тест прогрессивных матриц, где главным показателем считается способность к научению на основе обобщения собственного опыта.

В концепции *Р. Кеттела* рассматривается два вида интеллекта: «текучий» (англ. fluid) и «кристаллизованный» (англ. crystallized). Согласно *А. Г. Маклакову*, данная концепция занимает промежуточное положение между взглядами на интеллект как на единую общую способность и представлениями о нем как о множественности умственных способностей: «текучий» интеллект выступает в задачах, решение которых требует приспособления к новым ситуациям, он зависит от действия фактора наследственности; «кристаллизованный» интеллект выступает при решении задач, требующих соответствующих навыков и использования прошлого опыта; он преимущественно зависит от влияний среды. Исследования интеллекта в пожилом возрасте подтверждают модель *Р. Кеттела*: с возрастом показатели «текучего» интеллекта снижаются, а показатели «кристаллизованного» остаются почти неизменными. С точки зрения *Г. Айзенка*, в основе интеллекта лежит генетически детерминированное свойство нервной системы, определяющее скорость и точность переработки информации.

Таким образом, построение факторных моделей интеллекта можно разбить на четыре основные группы по двум биполярным признакам:

1) что является источником модели – умозрение или эмпирические данные;

2) как строится модель интеллекта – от отдельных свойств к целому или от целого к отдельным свойствам (табл. 3.3).

Классификация факторных моделей интеллекта

Тип модели	Априорные	Апостериорные
Пространственные Одноуровневые	Дж. Гилфорд	Л. Терстоун
Иерархические	Д. Векслер	Ч. Спирмен

Любопытным, с точки зрения особенностей когнитивной регуляции, поведения является теория **теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера**. Когнитивный диссонанс – некоторое противоречие между двумя или более когнициями (**когниция** – это любое знание, мнение или убеждение, касающееся среды, себя или собственного поведения). **Диссонанс** переживается личностью как состояние дискомфорта, она стремится от него избавиться, восстановить внутреннюю когнитивную гармонию. И именно это стремление является мощным мотивирующим фактором человеческого поведения и отношения к миру. Состояние диссонанса между когнициями X и Y возникает тогда, когда из когниции X следует не Y . Состояние консонанса между X и Y , с другой стороны, существует тогда, когда из X следует Y . **Есть три основных способа снятия диссонанса:** изменить одну из когниций; снизить значимость входящих в диссонантные отношения когниций; добавить новую когницию. Когнитивный диссонанс мотивирует, требует своего уменьшения, приводит к изменению отношений, а в итоге – к изменению поведения.

Выводы

1. Интеллект – одна из базовых метакатегорий психологии. Моделирование интеллекта подразумевает выявление его структуры. Подходы к определению структуры интеллекта разнообразны. В целом интеллект представляет собой систему всех познавательных способностей человека (ощущения, восприятия, памяти, представления, воображения и мышления), определяя успешность адаптации к новым жизненным задачам. В психологии данный вопрос является ключевым, так как именно интеллект потенциально является одним из обобщающих феноменов (метакатегорий), с помощью которых можно объяснить природу психики в целом.

2. Построение модели интеллекта базируется на решении ключевого вопроса: является ли интеллект набором относительно независимых умственных способностей или существует общий фактор интеллекта, определяющий специфику и продуктивность всей интеллектуальной деятельности человека. От решения данного вопроса зависит выбор методик для диагностики интеллектуальных способностей.

3. Стил интеллектуальной деятельности определяет возможности человека, его успешность, особенности решения задач. Таким образом,

«ментальная картина мира» является регулятором деятельности человека. Тем не менее интеллект как способность решать алгоритмизированные, стандартные задачи и тесты на интеллект как инструментальный психодиагностики, раскрывающий данную способность, недостаточны для определения когнитивных возможностей человека.

Вопросы для самопроверки

Прочитайте и ответьте на следующие вопросы.

1. Что такое «интеллект»? Какие типы интеллекта вам известны?
2. Перечислите исследователей интеллектуальных способностей. В чем различия между их концепциями?
3. Расшифруйте аббревиатуру «IQ». Какую зависимость отражает данный показатель?
4. Что такое «текучий» (англ. fluid) и «кристаллизованный» (англ. crystallized) интеллект?
5. Что такое «когнитивный диссонанс»? Какие есть способы его разрешения?

Задания и упражнения для самостоятельной работы

Задание 1. Сравнение интеллекта

Сравните модели интеллекта, представленные в подразд. 3.2. Какая модель, на ваш взгляд, является самой конструктивной?

Самостоятельно пройдите одну или несколько методик на диагностику интеллектуальных способностей: методику Д. Векслера, тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра, культурно свободный тест интеллекта Р. Кеттелла, прогрессивные матрицы Равена и т. д.

Какие результаты вы получили? Какие задачи были наиболее простыми для вас? Какие задачи были наиболее сложными? Какие мыслительные операции необходимо осуществлять для решения задач, представленных в данных тестах?

3.3. Исследование креативности

Цель: определить сущность и свойства креативности как психического явления.

Информационный лист

Креативность (англ. creativity) – способность порождать необычные идеи, способы решения задач, использовать не стандартные, алгоритмизированные способы решения, а инновационные пути, отклоняясь от традиционных схем мышления. Креативность понимается как готовность к продуцированию принципиально новых идей и входит в структуру одаренности как

независимый фактор. Первоначально креативность рассматривалась как функция интеллекта, отождествляясь с интеллектуальной способностью. Впоследствии выяснилось, что уровень интеллекта коррелирует с креативностью до определенного предела, а слишком высокий интеллект препятствует креативности. Креативность, среди интеллектуальных способностей, выделена в особый тип. Согласно *А. Маслоу* – это творческая направленность, врожденно свойственная всем, но теряемая большинством под воздействием среды. Согласно *П. Торренсу*, креативность включает в себя:

1) повышенную чувствительность к проблемам, к дефициту или противоречивости знаний;

2) действия по определению этих проблем, по поиску их решений на основе выдвижения гипотез, по проверке и изменению гипотез, по формулированию результата решения.

Важным этапом в изучении креативности послужили работы *Дж. Гилфорда* (1967), выделившего **конвергентное** (логическое, однонаправленное, стереотипное, построенное по старым схемам и алгоритмам) и **дивергентное** (идущее одновременно в разных направлениях, отступающее от логики) мышление.

Большинство заданий в тестах на креативность направлено на выявление дивергентных способностей: они не предполагают определенных ответов (ограниченно числа единственно верных и правильных ответов), поэтому оценивается не правильность ответов, а соответствие заданию, поощряется поиск нетривиальных и неожиданных решений, оценивается сам ход рассуждений, который часто важнее итогового результата.

П. Торренс (1974) определил креативность как процесс появления чувствительности к проблемам, к дефициту или дисгармонии имеющихся *знаний*; определения этих проблем; поиска их решений, выдвижения *гипотез*; проверок, изменений и перепроверок гипотез; и, наконец, формулирования и сообщения результата решения.

Рассмотрение креативности как процесса крайне конструктивно, так как позволяет выявить структуру креативности как способности, а также условия, стимулирующие этот процесс. В тестах, разработанных *Торренсом*, использованы модели творческих процессов, отражающие их сложность в различных сферах деятельности: словесной, изобразительной, звуковой, двигательной. Тесты оценивают в показателях **беглости, гибкости, оригинальности и разработанности идей**.

Помимо тестов для определения креативности, используются и специальные опросники со списками ситуаций, чувств, интересов, форм поведения, характеризующих творческих людей (например, таких качеств личности, как независимость, открытость новому опыту, чувствительность к проблемам, высокая потребность в творчестве).

Среди условий, стимулирующих развитие **творческого мышления**, выделяют: ситуации незавершенности или открытости (в отличие от жестко

заданных и строго контролируемых); разрешение и поощрение множества вопросов; стимулирование ответственности и независимости; акцент на самостоятельных разработках, наблюдениях, чувствах, обобщениях; внимание к интересам детей со стороны взрослых и сверстников.

Согласно ряду авторов (например, *Г. Линдсей, К. Халл и Р. Томпсон*), проявлению творчества мешает наличие определенных личностных черт: склонность к конформизму, боязнь показаться глупым или смешным в своих суждениях, завышенная оценка значимости своих собственных идей, существование двух конкурирующих между собой типов мышления: *критического* и *творческого*, мотивация избегания неудач, стереотипы мышления и поведения, преклонение перед авторитетами.

Выводы

1. К началу 60-х гг. XX в. был уже накоплен масштабный опыт тестирования интеллекта, становилось понятно, что ряд особенностей человеческого мышления и поведения не укладывается в рамки привычного понимания интеллекта как способности решать стандартные, пусть и очень сложные, задачи.

2. Выяснилось, что профессиональные и жизненные успехи не всегда напрямую связаны с уровнем интеллекта, вычисляемым с помощью тестов IQ. Люди с не очень высоким IQ оказываются способны на незаурядные достижения (инновации). Следует отличать интеллектуальные способности, измеряемые стандартными тестами на интеллект, от креативности.

3. Для оценки креативности применяются различные тесты **дивергентного мышления**, личностные опросники, анализ результативности деятельности творческих людей.

4. **Факторы-показатели креативности:** беглость, четкость, гибкость мышления, чувствительность к проблемам, оригинальность, изобретательность, конструктивность при их решении и др.

Вопросы для самопроверки

Прочитайте и ответьте на следующие вопросы.

1. Что такое «креативность»? В чем отличие креативности от интеллекта?
2. В чем разница между дивергентным и конвергентным мышлением?
3. Назовите свойства креативной личности. Может ли, на ваш взгляд, человек обладать высоким интеллектом, но не быть креативным? А наоборот?
4. Какие факторы способствуют творчеству, а какие мешают?

Задания и упражнения для самостоятельной работы

Задание 1. 16 способностей

Дж. Гилфорд и его сотрудники выделили 16 гипотетических интеллектуальных способностей, характеризующих **креативность** (дивергентное

мышление). Среди них: **беглость** (количество идей, возникающих за некоторую единицу времени); **гибкость** (способность переключаться с одной идеи на другую); **оригинальность мышления** (способность продуцировать идеи, отличающиеся от общепринятых); **любопытность** (повышенная чувствительность к проблемам, не вызывающим интереса у других); **иррелевантность** (логическая независимость реакций от стимулов).

Прочитайте список личностных качеств креативной личности **Торренса**. Какими качествами обладаете вы?

Творческая личность способна:

1) ощущать тонкие, неопределенные, сложные особенности окружающего мира (чувствительность к проблеме, предпочтение сложностей);

2) выдвигать и выражать большое количество различных идей в данных условиях (беглость);

3) предлагать разные виды, типы, категории идей (гибкость);

4) предлагать дополнительные детали, идеи, версии или решения (находчивость, изобретательность);

5) проявлять воображение, чувство юмора и развивать гипотетические возможности (воображение, способности к структурированию);

6) демонстрировать поведение, которое является неожиданным, оригинальным, но полезным для решения проблемы (оригинальность, изобретательность и продуктивность);

7) воздерживаться от принятия первой пришедшей в голову, типичной, общепринятой позиции, выдвигать различные идеи и выбирать лучшую (независимость, нестандартность);

8) проявлять уверенность в своем решении, несмотря на возникшие затруднения, брать на себя ответственность за нестандартную позицию, мнение, содействующее решению проблемы (уверенный стиль поведения с опорой на себя, самодостаточное поведение).

Какие навыки вам необходимо развивать?

Приведите пример творческой личности, инноватора, чьи идеи изменили мир. Является ли данный человек, на ваш взгляд, умным или креативным? Обоснуйте свой ответ.

Как вы думаете, какими чертами обладает данный человек как креативная личность? Сравните список черт *креативного человека* с характеристиками *самоактуализирующейся личности* по **А. Маслоу**. Есть ли между данными людьми что-то общее? В чем различия между ними?

Задание 2. Анкета креативности (опросник Дж. Брунера)

Инструкция: у каждого человека преобладает определенный тип мышления. Данный опросник поможет вам определить тип своего мышления. Если согласны с высказыванием, поставьте «+», если нет «-».

1. Мне легче что-либо сделать, чем объяснить, почему я так сделал(а).

2. Я люблю настраивать программы для компьютера.

3. Я люблю читать художественную литературу.
4. Я люблю живопись (скульптуру).
5. Я не предпочел(а) бы работу, в которой все четко определено.
6. Мне проще усвоить что-либо, если я имею возможность манипулировать предметами.
7. Я люблю шахматы, шашки.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Я хотел(а) бы заниматься коллекционированием.
10. Я люблю и понимаю абстрактную живопись.
11. Я скорее хотел(а) бы быть слесарем, чем инженером.
12. Для меня алгебра интереснее, чем геометрия.
13. В художественной литературе для меня важнее не что сказано, а как сказано.
14. Я люблю посещать зрелищные мероприятия.
15. Мне не нравится регламентированная работа.
16. Мне нравится что-либо делать своими руками.
17. В детстве я любил(а) создавать свою систему слов/знаков/шифр для переписки с друзьями.
18. Я придаю большое значение форме выражения мыслей.
19. Мне трудно передать содержание рассказа без его образного представления.
20. Не люблю посещать музеи, так как все они одинаковы.
21. Любую информацию я воспринимаю как руководство к действию.
22. Меня больше привлекает товарный знак фирмы, чем ее название.
23. Меня привлекает работа комментатора радио, телевидения.
24. Знакомые мелодии вызывают у меня в голове определенные картины.
25. Люблю фантазировать.
26. Когда я слушаю музыку, мне хочется танцевать.
27. Мне интересно разбираться в чертежах и схемах.
28. Мне нравятся художественная литература.
29. Знакомый запах вызывает всю картину событий, происшедших много лет назад.
30. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче.
31. Истинно только то, что можно потрогать руками.
32. Я предпочитаю точные науки.
33. Я за словом в карман не лезу.
34. Я люблю рисовать.
35. Один и тот же спектакль или фильм можно смотреть много раз, главное – игра актеров, новая интерпретация.
36. Мне нравилось в детстве собирать механизмы из деталей конструктора.
37. Мне кажется, что я смог(ла) бы изучить стенографию.
38. Мне нравится читать стихи вслух.

39. Я согласен(а) с утверждением, что красота спасет мир.
40. Я предпочел(а) бы быть закройщиком, а не портным.
41. Лучше сделать табуретку руками, чем заниматься ее проектированием.
42. Мне кажется, что я смог(ла) бы овладеть профессией программиста.
43. Я люблю поэзию.
44. Прежде чем изготовить какую-то деталь, сначала я делаю чертеж.
45. Мне больше нравится процесс деятельности, чем ее конечный результат.
46. Для меня лучше поработать в мастерской, нежели изучать чертежи.
47. Мне интересно было бы расшифровать древние тайнописи.
48. Если мне нужно выступить, то я всегда готовлю свою речь, хотя уверен(а), что найду необходимые слова.
49. Больше люблю решать задачи по геометрии, чем по алгебре.
50. Даже в отлаженном деле пытаюсь творчески изменить что-то.
51. Я люблю дома заниматься рукоделием, мастерить.
52. Я смог(ла) бы овладеть языками программирования.
53. Мне нетрудно написать сочинение на заданную тему.
54. Мне легко представить образ несуществующего предмета или явления.
55. Я иногда сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
56. Я предпочел(а) бы сам(а) отремонтировать утюг, нежели нести его в мастерскую.
57. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
58. Люблю писать письма.
59. Сюжет кинофильма могу представить как ряд образов.
60. Абстрактные картины дают большую пищу для размышлений.
61. В школе мне больше всего нравились уроки труда, домоводства.
62. У меня не вызывает затруднений изучение иностранного языка.
63. Я охотно что-то рассказываю, если меня просят друзья.
64. Я легко могу представить в образах содержание услышанного.
65. Я не хотел(а) бы подчинять свою жизнь определенной системе.
66. Я чаще сначала сделаю, а потом думаю о правильности, решения.
67. Думаю, что смог(ла) бы изучить китайские иероглифы.
68. Не могу не поделиться только что услышанной новостью.
69. Мне кажется, что работа сценариста/писателя интересна.
70. Мне нравится работа дизайнера.
71. При решении какой-то проблемы мне легче идти методом проб и ошибок.
72. Изучение дорожных знаков не составляет для меня труда.
73. Я легко нахожу общий язык с незнакомыми людьми.
74. Меня привлекает работа художника-оформителя.
75. Не люблю ходить одним и тем же путем.

Ключ

Обработка и анализ данных проводится следующим образом: подсчитывается сумма «+» по каждому столбцу (табл. 3.4).

Таблица 3.4

Ключ к опроснику Дж. Брауна

Предметное мышление	Символическое мышление	Знаковое мышление	Образное мышление	Креативность
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50
51	52	52	54	55
56	57	58	59	60
61	62	63	64	65
66	67	68	69	70
71	72	73	74	75
сумма =	сумма =	сумма =	сумма =	сумма =

Интерпретация результатов

Уровень креативности и базового типа мышления разбивается на три интервала: низкий уровень (от 0 до 5 баллов), средний уровень (от 6 до 9 баллов), высокий уровень (от 10 до 15 баллов). Выделяют 4 базовых типа мышления, каждый из которых обладает специфическими характеристиками: предметное, образное, знаковое и символическое мышление. *Дж. Брунер* рассматривал мышление как перевод с одного языка на другой (с точки зрения информационной парадигмы). При четырех базовых языках возникает *шесть вариантов перевода*: предметно-образный (*практический*), предметно-знаковый (*гуманитарный*), предметно-символический (*операторный*), образно-знаковый (*художественный*), образно-символический (*технический*), знаково-символический (*теоретический*).

Предметное мышление. Люди с практическим складом ума предпочитают предметное мышление, для которого характерны неразрывная связь с предметом в пространстве и времени, осуществление преобразования информации с помощью предметных действий, последовательное выполнение операций. Существуют физические ограничения на преобразование. Результатом такого типа мышления становится мысль, воплощенная в новой конструкции.

Образное мышление. Люди с художественным складом ума предпочитают образный тип мышления. Это отделение от предмета в пространстве и времени, осуществление преобразования информации с помощью действий с образами. Нет физических ограничений на преобразование. Операции могут осуществляться как последовательно, так и одновременно. Результатом служит мысль, воплощенная в новом образе.

Знаковое мышление. Личности с гуманитарным складом ума предпочитают знаковое мышление. Оно характеризуется преобразованием информации с помощью умозаключений. Знаки объединяются в более крупные единицы по правилам единой грамматики. Результатом является мысль в форме понятия или высказывания, фиксирующего существенные отношения между обозначаемыми предметами.

Символическое мышление. Люди с математическим складом ума отдают предпочтение символическому мышлению, когда происходит преобразование информации с помощью правил вывода (в частности, алгебраических правил или арифметических знаков и операций). Результатом является мысль, выраженная в виде структур и формул, фиксирующих существенные отношения между символами.

Креативность – творческие способности человека, характеризующиеся готовностью к созданию принципиально новых идей. По мнению *П. Торренса*, креативность включает в себя повышенную чувствительность к проблемам, к дефициту или противоречивости знаний, действия по определению этих проблем, по поиску их решений на основе выдвижения гипотез, по проверке и изменению гипотез, по формулированию результата решения. Для развития творческого мышления используются обучающие ситуации, которые характеризуются незавершенностью или открытостью для включения новых элементов, поощряется формулировка множества вопросов.

Упражнение 1. Тест идей

Инструкция: приготовьте лист бумаги, на котором вам предстоит выполнить письменно 5 заданий. Правильных и неправильных ответов на них не может быть. Пожалуйста, работайте над всеми заданиями в своем обычном темпе.

Задание 1.

Условия: время выполнения задания – 3 минуты. Оценивается число идей.

Задание: укажите как можно больше возможностей применения кирпича.

Задание 2. **Что, если бы: экспромт на тему**

Условия: время выполнения задания – 10 минут. Будет оцениваться оригинальность и богатство идей.

Задание: представьте любую гипотетическую ситуацию, по принципу «Что, если бы...», например «Представим себе, что динозавры не вымерли».

Опишите плюсы, минусы и интересные моменты в данной ситуации.

Задание 3. Прочитайте «восемь заповедей» креативного человека Горенса. С какими из них вы согласны? С какими нет? Какими бы «заповедями» вы бы дополнили данный список?

1. Не укради у себя возможности нарушить правила.
2. Воздерживайся от критики на этапе творения.
3. Мечтай смелее.
4. Не поклоняйся профессионализму – слишком узкая специализация сужает горизонт мышления.
5. Не забывай, что нужно уметь не только создать идею, но и правильно представить ее другим.
6. Не бойся ошибаться, бойся стоять на месте.
7. Не убивай неопределенности – из нее могут родиться идеи.
8. Единственный способ стать креативным – поверить, что ты креативен.

Задание 4.

Условия: время выполнения задания – 4 минуты. Будет оцениваться разнообразие предложений.

Задание: придумайте как можно больше фраз, в которых слова начинаются с букв: Б..., У..., Л..., Б...

Например: Бабушка Ушла Ловить Бабочек...

Задание 5.

Условия: оценивается оригинальность идеи и количество деталей. Время на работу – 5 минут.

Задание: возьмите лист бумаги и нарисуйте на нем круг. Теперь дорисуйте рисунок так, чтобы получилась завершенная картина. Дайте название своему рисунку.

Итоговый тест по дисциплине «Психология»

Пройдите тренировочный тест.

1. *Начало развития психологии как самостоятельной науки в 1879 г. связано со следующим историческим явлением:*

- а) созданием В. Вундтом экспериментальной психологической лаборатории при Лейпцигском университете;
- б) открытием В. М. Бехтеревым принципа центрального торможения;
- в) созданием З. Фрейдом психоаналитической концепции личности и сознания;
- г) проведением в Париже «Первого международного психологического конгресса» и учреждением научного психологического сообщества.

2. *Первое свойство психики как сложного объекта по В. А. Ганзену – это свойство:*

- а) динамичности;
- б) недоступности непосредственного наблюдения;
- в) отсутствия отчетливых пространственных или временных признаков;
- г) адаптивности.

3. *Б. М. Кедров в своей нелинейной классификации наук выделяет среди гуманитарных наук выделяет:*

- а) социальные и философские;
- б) естественные и социальные;
- в) гносеологию и социальные науки.

4. *Отрасли современной психологии возникают:*

- а) спонтанно;
- б) как междисциплинарные направления, на стыке психологии и других наук;
- в) как самостоятельные направления психологии, опровергающие парадигмы других наук.

5. *Большинство современных исследователей полагает, что психология как наука:*

- а) допарадигмальна;
- б) внепарадигмальна;
- в) мультипарадигмальна;
- г) унипарадигмальна (гуманитарная парадигма);
- д) унипарадигмальна (естественнонаучная парадигма).

6. *Пирамида потребностей человека по А. Маслоу включает:*

- а) 2 уровня;
- б) 3 уровня;
- в) 5 уровней;
- г) 7 уровней.

7. *Мотивы роста (метапотребности) по А. Маслоу:*

- а) нацелены на снижение напряжения, эти мотивы могут быть удовлетворены;
- б) нацелены на повышение напряжения посредством поиска новых переживаний, принципиально не удовлетворимы до конца;
- в) нацелены на повышение напряжения посредством поиска новых переживаний и могут быть удовлетворены;
- г) нацелены на снижение напряжения, эти мотивы принципиально не могут быть удовлетворены.

8. *К познавательным психическим процессам относят*

- а) ощущение, восприятие, представление, память, воображение, мышление, речь и внимание;
- б) аффекты, эмоции, чувства, настроения и эмоциональный стресс;
- в) речь и внимание.

9. *В первую триаду пентабазиса СПВЭИ В. А. Ганзена входят:*

- а) перцепция, ощущение, восприятие;
- б) мышление, представление, речь;
- в) аффект, эмоция, чувство;
- г) воля, мотив, действие;
- д) сознание, внимание, память.

10. *Классификация ощущений Ч. Шеррингтона подразумевает деление:*
а) на три вида рецептивных полей: интероцептивные, проприоцептивные и экстероцептивные;

б) на два вида рецептивных полей интероцептивные и экстероцептивные;

в) на четыре вида рецептивных полей интероцептивные, проприоцептивные, экстрарецептивные и экстероцептивные.

11. *По Н. Ф. Добрынину существуют следующие формы внимания:*

а) произвольное, непроизвольное и послепроизвольное;

б) сенсорное и произвольное;

в) опосредованное и непосредственное;

г) активное, пассивное и опосредованное;

12. *Непроизвольно лучше запоминаются:*

а) явления, являющиеся предметом случайной деятельности;

б) незавершенные действия;

в) завершенные действия.

13. *Аффект – это:*

а) врожденные переживания, сопровождающие отдельные ощущения и проявляющиеся в полярной форме (удовольствие – отторжение, приближение – избегание);

б) кратковременные эмоциональные проявления, существующие в период действия раздражителя;

в) быстро возникающее, очень интенсивное и кратковременное эмоциональное состояние, вызываемое сильным или особо значимым для человека стимулом;

г) устойчиво и относительно слабо выраженное эмоциональное состояние.

14. *Согласно П. Экману, количество базовых эмоций:*

а) пять;

б) семь;

в) шесть;

г) десять.

15. *Согласно теории когнитивного диссонанса Л. Фестингера, снятие диссонанса возможно, если:*

а) изменить одну из когниций или снизить значимость входящих в диссонантные отношения когниций;

б) изменить одну из когниций или добавить новую когницию;

в) изменить одну из когниций, или снизить значимость входящих в диссонантные отношения когниций, или добавить новую когницию.

16. *По Дж. Гилфорду особенностями креативности являются:*

а) оригинальность и семантическая гибкость;

б) образная адаптивная гибкость и семантическая спонтанная гибкость;

в) оригинальность, семантическая гибкость, образная адаптивная гибкость и семантическая спонтанная гибкость.

Ключ к итоговому тесту представлен в табл. 3.5.

Таблица 3.5

Ответы на итоговый тест

Номер вопроса	Ответ	Номер вопроса	Ответ
1	а	9	д
2	б	10	а
3	а	11	а
4	б	12	б
5	в	13	в
6	в	14	б
7	б	15	в
8	а	16	в

**Темы контрольных работ
и методические указания по их выполнению**

1. Психология как наука и место психологии в системе наук.
2. Дилеммы психологии.
3. Соотношение парадигм психологии: разнообразие подходов.
4. Психическое отражение и свойства психики.
5. Основные этапы развития психики в филогенезе и онтогенезе: сравнительный анализ.
6. Предпосылки и условия возникновения сознания и самосознания.
7. Первичные психические процессы: определение, виды, характеристики.
8. Вторичные психические процессы: определение, виды, характеристики.
9. Сквозные психические процессы: определение, виды, характеристики.
10. Воображение как проявление познавательной сферы человека.
11. Мнемotechnики и специфика их применения.
12. Мышление и интеллект: сравнительный анализ.
13. Методы диагностики дивергентного и конвергентного мышления.
14. Типология интеллекта: эмоциональный и практический интеллект.
15. Эмоции как регулятор поведения. Подходы к классификации эмоций.
16. Воля как регулятор поведения. Волевые свойства личности.
17. Модели темперамента отечественных и зарубежных исследователей.
18. Задатки и способности. Классификация способностей.

19. Черты и структура характера. Акцентуации характера.
20. Потребности, мотивация и направленность личности как система.
21. Концепции развития интеллекта и мышления.
22. Взаимодействие мышления и речи.
23. Сравнение интеллекта человека и животных.
24. Проблема научения. Виды научения.
25. Индивидуальный стиль мышления человека.
26. Понятие креативности. Виды и характеристики креативности.
27. Соотношение интеллекта и креативности.
28. Соотношение понятий индивид, личность, индивидуальность.

Методические указания по выполнению контрольных работ

Контрольная работа есть самостоятельное и законченное описание конкретной проблемы психологии, выполненное на основе нескольких письменных источников (статей, монографий, сборников документов и т. п.). Изложение материала должно быть логичным, последовательным и заканчиваться выводами. В работе необходимо представить научный анализ выбранной темы. Необходимо отразить в работе наличие различных научных точек зрения по данной проблеме. Работа должна иметь план и список использованной студентом литературы. В тексте работы делаются ссылки на используемые источники.

В начале работы проводится планирование исследования выбранной темы. В плане контрольной работы отражается ее структура и последовательность изложения. Далее следует изучить подобранную к теме литературу, извлечь из нее необходимый материал, логично распределить по проблемам. Когда материал проработан, остается раскрыть содержание пунктов плана письменно. При изложении материала необходимо следовать определенному плану.

1. В начале работы делается краткое введение (2–3 страницы), в котором обосновывается важность или актуальность проблемы, избранной для написания контрольной работы, обосновывается дискуссионность выбранной темы, возможные пути ее решения. Излагаемый материал должен располагаться равномерно, логически обоснованно. В конце каждого параграфа или главы рекомендуется делать краткие выводы. В заключение (2–3 страницы) необходимо сделать небольшое обобщение по всей теме. Заключение подразумевает обзор полученных результатов и описание перспектив дальнейших исследований.

2. Если в тексте используются цитаты, статистические материалы, то на них в конце страницы обязательно делается сноска. Прямые цитаты приводятся в точном соответствии с источником и заключаются в кавычки.

3. Контрольная работа заканчивается списком использованной литературы, который оформляется так же, как и в сноске. Перечисление литературы дается в алфавитном порядке по первой букве фамилии автора книги (статьи). Для интернет-ресурсов указывается автор, наименование статьи (источника) и электронный адрес, для справочников и энциклопедий: наименование источника и электронный адрес. В конце работы ставится подпись автора и дата выполнения.

Контрольная работа – важный компонент учебного процесса. Она является решающей формой самоконтроля, а также контроля студента со стороны преподавателя. В то же время контрольная работа выступает и как средство приобретения и углубления знаний студентом. Таким образом, контрольная работа носит и обучающий и контролирующий характер.

При изучении литературы, необходимой для написания контрольной работы, целесообразно делать выписки с указанием источника и страницы. Эта информация будет использована при окончательном оформлении работы. После окончания изучения литературы собранные материалы необходимо систематизировать и сгруппировать по вопросам плана контрольной работы. Письменное изложение должно носить творческий характер. Помимо литературы, указанной в списке, возможно использовать монографии, брошюры, статьи по излагаемому вопросу и включать их в список используемой литературы.

Контрольная работа должна быть правильно и аккуратно оформлена, разборчиво и четко, без грамматических и стилистических ошибок.

Объем работы должен составлять 10–13 листов машинописного текста.

Контрольная работа должна содержать: план, введение, основную часть, заключение и список использованной литературы.

Вопросы к зачету

1. Объект, предмет и задачи психологии.
2. Место психологии в системе наук.
3. Соотношение житейской и научной психологии.
4. Основные объяснительные принципы психологии.
5. Свойства психического отражения.
6. Основные этапы развития психики в филогенезе.
7. Ощущение: определение, виды, характеристики.
8. Восприятие: определение, виды, характеристики.
9. Понятие памяти. Виды и типы памяти. Основные закономерности памяти.
10. Внимание: определение, виды, характеристики.

11. Мышление как высший уровень познавательных процессов. Виды, формы, операции мышления.
12. Эмоции как психический процесс. Классификация эмоциональных явлений.
13. Понятие воли. Признаки волевых действий.
14. Понятие темперамента. Модели темперамента отечественных и зарубежных психологов.
15. Понятие характера. Черты и структура характера. Акцентуации характера.
16. Потребности, мотивация и направленность личности.
17. Понятие интеллекта. Концепция стадийного развития интеллекта Ж. Пиаже.
18. Понятие речи. Виды и функции речи. Мышление и речь.
19. Понятие креативности. Виды и характеристики креативности.
20. Соотношение интеллекта и креативности.

Список рекомендованной литературы

Основная

1. *Гуревич, П. С.* Психология [Электронный ресурс]: учеб. пособие / П. С. Гуревич. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2010. – 320 с.
2. *Рубинштейн, С. Л.* Основы общей психологии [Электронный ресурс] : учебник / С. Л. Рубинштейн. – М. : Питер, 2010. – 720 с.
3. Когнитивная психология [Электронный ресурс] : учебник / И. В. Блинникова [и др.]. – М. : Перс Сэ, 2012. – 479 с.
4. *Ступницкий, В. П.* Психология [Электронный ресурс] : учебник / В. П. Ступницкий, О. И. Щербакова, В. Е. Степанов. – М. : Дашков и К, 2013. – 520 с.

Дополнительная

1. *Ананьев, Б. Г.* О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 272 с.
2. *Ананьев Б. Г.* Избранные психологические труды : в 2 т. / Б. Г. Ананьев. – М., 1980. – Т. 1. – 230 с.
3. *Асмолов, А. Г.* Психология личности : Принципы общепсихологического анализа : учеб. для вузов / А. Г. Асмолов. – М. : Академия; М. : Смысл, 2002. – 416 с.
4. *Белов, В. В.* Системные методы в психологии [Электронный ресурс] / В. В. Белов, В. Г. Белов, Е. В. Белова. – СПб. : СПбАУиЭ, 2010.
5. *Ганзен, В. А.* Системные описания в психологии / В. А. Ганзен. – Л. : Изд-во Ленингр. ун-та, 1984. – 176 с.
6. *Ефимова, Н. С.* Социальная психология : учеб. / Н. С. Ефимова, А. В. Литвинова. – М. : Юрайт, 2012. – 448 с.
7. *Солсо, Р.* Когнитивная психология / Р. Солсо. – 6-е изд. – СПб. : Питер, 2006. – 589 с.
8. *Коломинский, Я. Л.* Основы психологии : учеб. пособие / Я. Л. Коломинский. – М. : АСТ, 2010. – 352 с.
9. *Котова, И. Б.* Общая психология : учеб. пособие / И. Б. Котова, О. С. Канаркевич. – М. : Дашков и Ко, 2011. – 480 с.
10. *Кулешова, Л. Н.* Психология древних ощущений / Л. И. Кулешова. – СПб., 1999. – 78 с.
11. *Ларченко, Н. А.* Учебный словарь по психологии / Н. А. Ларченко. – Рн/Д : Феникс, 2012. – 224 с.
12. *Ломов, Б. Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Директ-Медиа, 2008. – 1174 с.
13. *Майерс, Д.* Социальная психология / Д. Майерс. – 7-е изд. – СПб. : Питер, 2012. – 800 с.
14. *Мейжис, И. А.* Социальная психология / И. А. Мейжис, Л. Г. Почебут. – СПб. : Питер, 2010. – 672 с.
15. *Маклаков, А. Г.* Общая психология : учеб. для вузов / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2012. – 592 с.
16. *Немов, Р. С.* Психология : учеб. для вузов / Р. С. Немов. – М. : Юрайт, 2011. – 639 с.
17. *Немов, Р. С.* Общая психология. Введение в психологию : в 3 т. / Р. С. Немов. – М. : Юрайт, 2011. – Т. 1. – 736 с.
18. *Немов, Р. С.* Общая психология. Познавательные процессы и психические состояния : в 3 т. / Р. С. Немов. – М. : Юрайт, 2011. – Т. 2. – 1008 с.
19. *Немов, Р. С.* Общая психология. Психология личности : в 3 т. / Р. С. Немов. – М. : Юрайт, 2012. – Т. 3. – 752 с.

20. *Никандров, В. В.* Психология : учеб. для вузов / В. В. Никандров. – М. : ВОЛТЕРС КЛУБЕР, 2009. – 1008 с.
21. *Нуркова, В. В.* Психология : учеб. / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – М. : Юрайт, 2012. – 576 с.
22. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара : Бахрах-М, 2001. – 672 с.
23. *Рогов, Е. И.* Общая психология : учеб. пособие / Е. И. Рогов. – 4-е изд. – Рн/Д. : Феникс, 2010. – 556 с.
24. *Руденко, А. М.* Психология : учеб. / А. М. Руденко. – Рн/Д. : Феникс, 2012. – 556 с.
25. *Столяренко, Л. Д.* Основы психологии : учеб. пособие / Л. Д. Столяренко. – М. : Проспект, 2012. – 464 с.
26. *Столяренко, Л. Д.* Психология личности : учеб. пособие / Л. Д. Столяренко. – 2-е изд. – Рн/Д. : Феникс, 2011. – 574 с.
27. *Столяренко, Л. Д.* Социальная психология : учеб. пособие / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. – М. : Юрайт, 2012. – 220 с.
28. *Петровский, А. В.* Теоретическая психология : учеб. пособие для вузов / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М. : Академия, 2003. – 496 с.
29. *Хьелл, Л. А.* Теории личности. Основные положения, исследования и применение : учеб. пособие для вузов / Л. А. Хьелл, Д. Дж. Зиглер. – 3-е изд. – СПб. : Питер, 2007. – 607 с.
30. *Харитонов, М. В.* Психология современных массовых коммуникаций : монография / М. В. Харитонов. – СПб. : Изд-во СПбАУЭ. – 2010. – 352 с.
31. *Чернова, Г. Р.* Психология общения : учеб. пособие / Г. Р. Чернова, Т. В. Слотина. – СПб. : Питер, 2012. – 240 с.
32. *Шишкоедов, П. Н.* Общая психология : учеб. пособие / П. Н. Шишкоедов. – М. : ЭКСМО, 2009. – 348 с.

Глоссарий

Абсолютный порог чувствительности – минимальная величина раздражителя, вызывающего едва заметное ощущение (нижний порог), и максимальная величина раздражителя, еще вызывающего ощущение (верхний порог).

Активность – всеобщее качество живой материи, выражающееся в способности вступать во взаимодействие с окружающей средой.

Акцептор действия – нейродинамическая модель будущего результата действия, представленная в центральной нервной системе (главное звено в теории функциональных систем *П. К. Анохина*). Включает основные характеристики действия и участвует в его регуляции.

Анализатор – сложная нейрофизиологическая система, представляющая собой органическую основу ощущений. Включает рецептор, нервные пути, связывающие рецептор с мозгом, и специфические отделы последнего, перерабатывающие нервные импульсы. Понятие предложено *И. П. Павловым*.

Анимизм – воззрение, господствовавшее в родовом обществе и надеявшееся природные объекты сверхъестественным «двойником» – душой.

Антиципация – мысленное предвосхищение и сознательное представление приемов промежуточных и конечных результатов деятельности.

Антропоморфизм – перенесение присущих человеку свойств и особенностей на явления природы.

Апперцепция – 1. Зависимость восприятия от прошлого опыта, запаса знаний и общего содержания психической деятельности. 2. Акт перехода бессознательных психических состояний в отчетливо осознаваемые.

Ассоциация – закономерная связь между отдельными событиями, фактами, предметами или явлениями, отраженными в сознании и закрепленными в памяти. При наличии ассоциативной связи между психическими явлениями А и В возникновение в сознании человека явления А закономерным образом влечет появление в сознании явления В. По типу образования различают: ассоциации по сходству; ассоциации по контрасту; ассоциации по смежности в пространстве или во времени; причинно-следственные ассоциации. 1. Связь психических явлений, формирующаяся по определенным законам. 2. Группа, межличностные отношения в которой опосредствованы личностно значимым содержанием совместной деятельности.

Аффект (лат. affectus – душевное волнение, страсть) – эмоциональная реакция, протекающая бурно и кратковременно: вспышка сильных чувств (гнева, ужаса, ярости, радости), сопровождающаяся снижением сознательного контроля над состоянием, поведением. Специалисты различают нормальный и патологический аффекты, а также лиц, менее или более склонных к аффективным реакциям. Это психологическое состояние, в основе которого лежит сильное, бурное и относительно кратковременное эмоциональное переживание.

Афферентный – центростремительный, идущий от периферии тела к центру. Афферентный нерв – волокно, проводящее нервный импульс от органов чувств к центральной нервной системе. Синоним – чувствительный, антоним – эфферентный.

Бессознательное – характеристика психологических свойств, процессов и состояний человека, находящихся вне сферы его сознания, но оказывающих влияние на его поведение и сознание.

Бихевиоризм – направление в психологии, предметом изучения которого является поведение человека, трактуемое как действия, порожденные исключительно внешними причинами. Бихевиоризм – теоретическое и экспериментальное направление в психологии, порожденное механистическим подходом к человеку. Возникло в США во втором десятилетии XX в. и сводило круг психологических явлений, подлежащих научному изучению, к реакциям организма на внешние и внутренние воздействия – стимулы.

Внимание – избирательная направленность познавательной деятельности человека или высших позвоночных животных на определенный объект, значимый в конкретный момент. Обеспечивает согласованность различных звеньев поведения; характеризуется избирательностью, объемом, устойчивостью, распределяемостью и переключаемостью. Различают три вида внимания: произвольное внимание как преднамеренно возникающая ориентировочная реакция; непроизвольное внимание, связанное с целенаправленными волевыми усилиями; и постпроизвольное внимание, когда в результате сдвига мотива на цель выполнение действия осуществляется без значительных волевых усилий.

Внутренняя речь – особый вид беззвучной речевой деятельности человека, характеризующийся предикативностью, фрагментарностью и предельной свернутостью грамматической структуры; интериоризованная внешняя речь, первоначально предназначавшаяся для общения, а затем ставшая внутренним инструментом мышления и регуляции деятельности.

Воля – свойство (состояние) человека, проявляющееся в способности сознательно управлять своей психикой и поступками, преодолевая препятствия, возникающие на пути достижения сознательно поставленной цели.

Воображение – познавательная активность человека как субъекта, приводящая либо к непреднамеренному возникновению, либо к преднамеренному построению в сознании отображений (представлений, схем и иных образов – моделей) тех объектов, которые в опыте в целостном виде не воспринимались или не могут восприниматься посредством органов чувств (как, например, события истории, предполагаемого будущего, явления невоспринимаемого мира или мира, не существующего вообще, – сверхъестественные персонажи сказок, мифов и пр.)

Восприятие – целостное отражение отдельных предметов, объектов и явлений внешнего мира, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные уровни сенсорных систем. Обес-

печивает непосредственно-чувственную ориентировку в окружающем мире; представляет собой активный процесс обучения; включает понимание и осмысление информации на основе предшествующего опыта; возможно только при сохранении сознания; носит категориальный характер.

Гештальтпсихология – направление идеалистической психологии, возникшее в начале XX в. в Германии. В противоположность ассоциативной психологии в качестве первичных элементов сознания рассматривала не ощущения и представления, а некоторые целостные психологические структуры или гештальты.

Группа – социальная общность людей, объединенных на основании ряда признаков, относящихся к содержанию совместно выполняемой ими деятельности или характеру общения.

Дедукция – логический вывод в процессе мышления от общего к частному. Антоним – индукция.

Действие – относительно автономный элемент деятельности, направленный на достижение определенной осознаваемой цели. Может быть как внешним, выполняемым в развернутой форме с участием двигательного аппарата и органов чувств, так и внутренним, выполняемым в уме.

Деятельность – специфически человеческая, регулируемая сознанием как высшей инстанцией внутренняя и внешняя активность, порождаемая потребностью. Направлена на познание, творческое воспроизведение и преобразование внешнего мира.

Долговременная память – подсистема памяти, обеспечивающая длительное, соизмеримое с продолжительностью жизни сохранение временных связей (умений и навыков). Долговременная память устойчива к чрезвычайным воздействиям и не всегда доступна сознанию. Считается, что емкость долговременной памяти практически неограниченна. В основе формирования долговременной памяти лежит стабильная реорганизация межнейронных связей, реализующаяся на основе метаболических процессов.

Жизненные смыслы – это совокупность небезразличных для человека связей с миром, в которых находят свое отражение как объективная зависимость человека от окружающей действительности, так и его потребности и устремления.

Житейская психология – это разнообразный набор психологических знаний и умений, ставших достоянием широкого круга людей.

Забывание – активный процесс, который заключается в потере возможности воспроизвести или узнать ранее запомненный материал. Забыванию подвергаются: материал, не актуализированный в контексте решаемых задач; второстепенные детали недавно заученного материала. При определенных условиях наблюдается эффект обратимости процесса забывания. Формами забывания являются ошибочное припоминание и ошибочное узнавание.

Задатки – природные предпосылки к развитию способностей (их биологический фундамент).

Знание – проверенный практикой и удостоверенный логикой результат познания действительности, отраженный в сознании человека в виде представлений, понятий, суждений и теорий. Знания формируются в результате целенаправленного педагогического процесса, самообразования и жизненного опыта.

Значение – обобщенная форма отражения субъектом общественно-исторического опыта, сложившегося в процессе совместной деятельности и общения и существующего в виде понятий.

Идентификация – уподобление, отождествление с кем-либо, чем-либо. В самом общем виде – эмоционально-когнитивный процесс неосознаваемого отождествления субъектом себя с другим субъектом, группой, образцом.

Иллюзия – искаженное ощущение или восприятие объективно существующего предмета, явления или действия: возникающие под воздействием внешних условий (физические иллюзии); или являющиеся следствием особого психо-физиологического состояния человека, отличающегося повышенной эмоциональной возбудимостью (физиологические иллюзии).

Индукция – 1. В нейрофизиологии – распространение вызванного раздражителем возбуждения за пределы первичного очага. 2. Логический вывод в процессе мышления от частного к общему. Антоним – дедукция.

Инстинкт – 1. Сложная врожденная форма безусловнорефлекторного реагирования на определенные стимулы внешней и внутренней среды; относительно независимый от научения комплекс приспособительного поведения. 2. Врожденный импульс к действию, сочетающийся со специфическим эмоциональным возбуждением.

Интериоризация – процесс преобразования внешних, реальных действий с предметами во внутренние, идеальные. Антоним – экстерииоризация.

Интерференция навыков – отрицательное, взаиморазрушающее действие навыков друг на друга, обусловленное их несовместимостью.

Интровертированность – индивидуальная характерологическая особенность, встречающаяся у некоторых людей и проявляющаяся в необщительности, замкнутости, отсутствии достаточного интереса к другим людям и склонности к углубленному самоанализу. Антоним – экстравертированность.

Интроспективный метод – метод психологии, основанный на самонаблюдении.

Индивидуальность – неповторимая система особенностей человека как индивида, субъекта деятельности и личности.

Интеллект, ум – устойчиво присущая и развивающаяся в течение жизни система свойств и качеств познавательной активности человека, его ориентировки во внутренних и внешних обстоятельствах жизни, включая и общественную среду. Выделяют, в частности, социальный интеллект, технический интеллект, гуманитарный интеллект, вербальный, т. е. словесный, невербальный и др. в зависимости от предметной области деятельности субъекта.

Интерференция – в психологии – взаимоподавление одновременно осуществляющихся психических процессов. Интерференция психических процессов обусловлена ограниченным объемом распределяемого внимания; часто проявляется при ухудшении запоминания новой информации.

Каузальная атрибуция (лат. causa – причина лат. attributio – приписывание) – феномен межличностного восприятия. Заключается в интерпретации, приписывании причин действий другого человека в условиях дефицита информации о действительных причинах его действий.

Когнитивная психология – одно из направлений современной психологии, выдвигающее в качестве своего основного метода информационный подход и разрабатывающее модели приема и переработки информации.

Комплекс – система взаимосвязанных сознательных и бессознательных идей и чувств, оказывающих динамическое воздействие на поведение.

Константность восприятия – относительное постоянство образов предметов, в частности их формы, цвета и величины при заметных изменениях в физических условиях восприятия.

Конформизм (лат. conformis – подобный, сообразный) – некритичное принятие человеком чужого мнения (возможно, неправильного), сопровождаемое неискренним отказом от собственного мнения, в правильности которого человек внутренне не сомневается.

Личность – специфически человеческая система психических регуляторов активности человека, такая устойчивая функциональная система в психике, благодаря которой человек становится инициативным, целеустремленным, убежденным деятелем, способным не только приспособливаться к среде обитания, но и улучшать ее. Основным признаком того, что человек приобрел качества личности, является его способность совершать поступки – выбор между взаимоисключающими возможностями, взвешивать множество важных моментов, связанных как со своей жизнью, так и с жизнью других людей, брать ответственность на себя за последствия своих поступков.

Личностный смысл – составляющая сознания человека, которая выражает субъективное отношение личности к явлениям объективной действительности.

Механицизм – разновидность редукционизма в психологии, отождествление высшей, психической формы движения материи с низшей, механической; неправомерная интерпретация психических процессов в понятиях и законах механики, не учитывающая качественных отличий психики от других форм движения материи.

Модальность – качественная характеристика ощущений и восприятия, указывающая на их принадлежность определенным органам чувств, например зрительные, слуховые, тактильные и кинестезические ощущения.

Мотив – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением определенной потребности. Возникая на основе потребности, мотив представляет собой ее предметное воплощение.

Моторный – связанный с мышечно-двигательной системой организма.

Мышление – опосредованное и обобщенное отражение существенных, закономерных взаимосвязей действительности. Это обобщенная ориентация в конкретных ситуациях действительности. В мышлении устанавливается отношение условий деятельности к ее цели, осуществляется перенос знаний из одной ситуации в другую, преобразование данной ситуации в соответствующую обобщенную схему.

Навык – способ выполнения действия, ставший в результате многократного инвариантного повторения частично автоматизированным, легко, быстро и точно реализуемым.

Наглядно-действенное мышление – мыслительный процесс, протекающий с участием реально выполняемых действий и операций с предметами и в качестве необходимого звена успешности включающий оперирование наглядными образами.

Настроение – более или менее длительное эмоциональное состояние, придающее определенную окраску всем другим переживаниям человека и оказывающее влияние на его деятельность.

Научение – в широком смысле – класс психологических процессов, обеспечивающих формирование новых приспособительных реакций. Научение – в узком смысле – процесс и результат приобретения индивидуального опыта. Путем научения приобретаются: знания, умения и навыки у человека и новые формы поведения у животных.

Нервная система – иерархическая структура нервных образований в организме человека и позвоночных животных, за счет работы которой обеспечиваются: контакты с внешним миром; реализация целей; координация работы внутренних органов; целостная адаптация организма. В качестве основного структурного и функционального элемента нервной системы выступает нейрон. Видами нервной системы являются: центральная нервная система; периферическая нервная система; периферический отдел вегетативной нервной системы

Образ мира – целостная, многоуровневая система представлений человека о мире, других людях, о себе и своей деятельности, которая позволяет ему ориентироваться в мире. Это внутренняя модель внешнего мира, созданная на языке субъективных переживаний. Важно подчеркнуть, что это не автоматически перемещенные во внутренний план образы, возникшие в результате восприятия мира, а активно выстроенная на основе глубоких неосознаваемых допущений система, позволяющая предсказывать события в каждый следующий момент жизненной активности. Создается методом испытаний (проб и ошибок) себя и окружающего мира в ходе активного овладения им.

Образная память – память на представления; запоминание, сохранение и воспроизведение образов ранее воспринимавшихся предметов и явлений действительности. В период удержания образа в памяти, он претерпева-

ет трансформации: упрощение за счет опускания отдельных деталей; преувеличение отдельных деталей; преобразование фигуры в более симметричную и др. В зависимости от того, какой анализатор принимает наибольшее участие в восприятии запоминаемого материала образная память подразделяется на зрительную, слуховую, осязательную, обонятельную и вкусовую.

Обучение – целенаправленный и планомерный процесс передачи и усвоения знаний, умений, навыков и способов познавательной деятельности человека. Обучение – относительно постоянное изменение в человеческом поведении или способностях, являющееся следствием опыта.

Обыденное сознание – совокупность представлений, знаний, установок и стереотипов, основывающихся на непосредственном повседневном опыте людей и доминирующих в социальной общности, которой они принадлежат.

Онтогенез – совокупность последовательных морфологических, физиологических и биохимических преобразований организма от его зарождения до конца жизни. У многоклеточных организмов онтогенез обычно сопровождается сложной перестройкой со многими периодами.

Опыт – совокупность знаний и умений, приобретенных индивидом на основе и в процессе непосредственного практического взаимодействия с внешним миром.

Ориентировочная реакция – сложная, специфическая реакция организма на новизну ситуации. Проявляется в повышении чувствительности анализаторов и мобилизации энергетических ресурсов организма.

Осмысленное запоминание – запоминание, основанное на понимании внутренних логических связей между отдельными частями воспринимаемого материала.

Основной психофизический закон – закономерность, экспериментально установленная немецким физиком Фехнером: интенсивность возникающих у человека ощущений пропорциональна логарифму силы воздействующих раздражителей.

Ощущение – отражение свойств предметов объективного мира, возникающее в результате их непосредственного воздействия на рецепторы и нервные центры коры головного мозга.

Осознание – психический процесс перевода психического содержания из бессознательного в актуальную знаковую форму, которая позволяет сообщить это содержание другим людям.

Память – множество психических процессов, действий, состояний, направленных на запечатление, мысленную организацию, сохранение и воспроизведение прошлого опыта человека.

Персеверация – навязчивое воспроизведение одних и тех же движений, мыслей, представлений. Персеверация выступает как непроизвольная форма воспоминания, когда образы спонтанно возникают в сознании. Различают моторные, сенсорные и интеллектуальные персеверации.

Подсознательное – неосознаваемые системы психики.

Потребности – психическое или физиологическое состояние напряжения, отражающее недостаток (нужду) человека или животного в чем-то, необходимом для их нормального существования. Потребности как состояние являются источником жизненной активности субъекта в том смысле, что оказывают побуждающее влияние, направленное на снятие возникшего напряжения. Потребности по-разному проявляются в зависимости от ситуационных факторов. Потребности различают: по сферам деятельности: потребности труда, познания, общения, отдыха; по объекту потребностей: материальные, духовные, этические, эстетические и др. потребности; по функциональной роли: доминирующие/второстепенные, центральные/периферические, устойчивые/ситуативные потребности; по субъекту потребностей: групповые, индивидуальные, коллективные, общественные.

Практическая психология – совокупность прикладных знаний и технологий, используемых для решения практических задач в различных областях общественной практики.

Представление памяти – образы предметов, явлений и событий, возникающие в результате их припоминания или воображения. Обычно образы представлений: менее яркие и менее детальные, чем образы восприятия; отражают наиболее характерные особенности предмета. Представления памяти различаются: а) по ведущему анализатору на: зрительные, слуховые, осязательные, обонятельные; б) по содержанию на: математические, технические, музыкальные; в) по степени обобщенности на: единичные; общие. Различия в яркости, устойчивости и точности представлений памяти очень индивидуальны.

Проблемная ситуация – существующая в реальности или создаваемая в эксперименте ситуация, в которой перед индивидом – человеком или подопытным животным – возникают задачи, требующие интеллектуальной деятельности.

Процесс восприятия – процесс приема и преобразования информации, обеспечивающий организму отражение объективной реальности и ориентировку в окружающей его среде.

Психика – системное свойство высокоорганизованной материи (мозга), заключающееся в активном отражении и понимании субъектом объектов и предметов окружающего мира. Психика: выполняет функцию регуляции поведения человека; исследуется на нейронном, биофизическом, биохимическом, психофизиологическом и социальном уровнях

Психические процессы – отдельные проявления психической деятельности человека, (условно) вычленимые в качестве относительно изолированных объектов исследования. Каждый психический процесс имеет общий объект отражения и единую отражательно-регуляционную специфику. Психические процессы: являются формами отражения субъектом объективной реальности в процессе деятельности центральной нервной системы; выступают в качестве первичных регуляторов поведения.

Психоанализ – основанное *З. Фрейдом* направление психологии и психиатрии: созданное для анализа и выявления мотивов поведения личности; и – рассматриваемое как совокупность способов выявления в психотерапевтических целях особенностей, переживаний и действий человека, обусловленных неосознаваемыми мотивами. Психоанализ использует технику свободной ассоциации, интерпретации слов, обмолвок и т. д. с целью выявления вытесненных представлений и их устранения.

Психодиагностика (греч. psyche – душа и diagnostikos – способный распознавать) – отрасль психологической науки, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей личности.

Психологический механизм защиты – форма проявления взаимодействия индивида с окружающей средой в ситуации возможного или действительного неуспеха деятельности. По *Фрейду* механизмами защиты являются: регрессия, изоляция, проекция, идентификация, сублимация, рационализация, отказ.

Психотерапия (греч. therapeia – уход, лечение) – комплексное лечебное воздействие (в основном с помощью речи, но не только) на эмоции, суждения, самосознание человека при многих психических, нервных и психосоматических расстройствах. Условно различают клинически ориентированную психотерапию, направленную в основном на смягчение или ликвидацию имеющихся симптомов, и личностно ориентированную психотерапию, ставящую задачей содействие человеку в изменении его отношений к социальному окружению и собственной личности.

Психофизическая проблема – в более широком значении – проблема, касающаяся места и роли психического во всеобщей взаимосвязи явлений материального мира; в более узком – вопрос о взаимоотношениях между психикой и физиологическими процессами, происходящими в организме.

Раздражимость – свойство клеток, тканей и целого организма отвечать на воздействия внешней или внутренней среды изменениями своего состояния или деятельности. Раздражимость – способность ткани или органа отвечать на раздражение любым видом ответа, присущим только живой ткани.

Речь – озвученный язык, система используемых человеком звуковых сигналов, обозначающих те или иные знаки языка.

Ригидность – в психологии – затрудненность (вплоть до полной неспособности) изменить намеченную субъектом программу деятельности в соответствии с требованиями ситуации.

Самосознание – осознание и оценка человеком самого себя как личности, своего нравственного облика и интересов, ценностей и мотивов поведения.

Сензитивность – характерологическая особенность человека, проявляемая в повышенной чувствительности к происходящим с ним событиям; обычно сопровождается повышенной тревожностью, боязнью новых ситуаций, людей, всякого рода испытаний и пр.

Сновидения – (эмоционально окрашенные) образные представления: возникающие во время сна; субъективно воспринимаемые как реальность. Считается, что сновидения есть следствие активации следов долговременной памяти, они отражают реальные физиологические и эмоциональные состояния.

Сознание – термин, используемый для обозначения вообще всей человеческой психики в целом в отличие от психики животных. Человеческая психика (сознание) характеризуется знаковостью («ткань» сознания образуют сложные системы знаков), орудийностью (любая единица сознания используется как средство отражения предметного мира), предметностью (соотнесенностью с элементами внешнего мира) и категориальной организацией (системы знаков и орудий образуют множество взаимно соотнесенных категорий). Сознание – высшая форма отражения реальной действительности, представляющая собой совокупность психических процессов: позволяющих человеку ориентироваться в окружающем мире, времени, собственной личности; обеспечивающих преемственность опыта, единства и многообразия поведения.

Социальный индивид – обозначение специфически человеческих всеобщих для всех людей характеристик, связанных с оперированием знаками, орудиями, учетом принятых в обществе норм и правил, выполнением социальных функций. Речь не идет о личностных или индивидуальных особенностях.

Социализация – двусторонний процесс, включающий в себя, с одной стороны, усвоение индивидом социального опыта путем вхождения в социальную среду, систему социальных связей; с другой стороны (часто недостаточно подчеркиваемой в исследованиях), процесс активного воспроизводства индивидом системы социальных связей за счет его активной деятельности, активного включения в социальную среду.

Социальная психология – научная дисциплина, изучающая закономерности поведения и деятельности людей, обусловленные фактом их включения в социальные группы, а также психологические характеристики самих этих групп.

Социальная установка «аттитюд» – фиксированная в социальном опыте личности (группы) предрасположенность воспринимать и оценивать социально значимые объекты, а также готовность личности (группы) к определенным действиям, ориентированным на социально значимые объекты.

Способности – индивидуально-психологические особенности человека, от которых зависит успешность овладения той или иной продуктивной деятельностью, то, насколько человек при прочих равных условиях быстро и основательно, легко и прочно осваивает способы ее организации и осуществления.

Страх – эмоция: возникающая в случаях реальной или воображаемой угрозы существованию организма, его ценностям, идеалам и принципам; и направленная на источник опасности.

Талант (греч. talanton – первоначально вес, мера, потом в переносном значении – уровень способностей) – высокий уровень развития способностей человека, прежде всего специальных, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности.

Темперамент – (лат. temperamentum – надлежащее соотношение частей, соразмерность) – динамическая характеристика психических процессов и поведения человека, проявляющаяся в их скорости, изменчивости, интенсивности, работоспособности и др.

Тропизм – направленное ростовое движение или изгиб органов растений, вызванные односторонним действием некоторого раздражителя.

Характер – совокупность устойчивых индивидуальных особенностей человека, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, определяя типичные для него способы поведения и реагирования на жизненные обстоятельства. В характере находят свое выражение типичные для данного человека способы постановки и решения жизненных задач, используемых в стандартных ситуациях.

Человек – один из видов животного царства с высокоразвитым мозгом, сложной социальной организацией и трудовой деятельностью, формирующими сознание и делающими малозаметными биологические первоосновы организма. Человек (по *И. Т. Фролову*) – субъект общественно-исторического процесса, развития материальной и духовной культуры на Земле, биосоциальное существо, генетически связанное с другими формами жизни, но выделившееся из них благодаря способности производить орудия труда, обладающее членораздельной речью и сознанием, творческой активностью и нравственным самосознанием.

Чувства – высшие, культурно обусловленные эмоции человека, отличающиеся относительной устойчивостью, обобщенностью, соответствием потребностям и (в особенности) ценностям, сформировавшимся в ходе развития человека как личности.

Эгоизм – ценностная ориентация; морально-этический принцип, характеризующий поведение человека: стремящегося к удовлетворению лишь собственных потребностей и интересов; пренебрегающего интересами других; относящегося к другому человеку как к объекту и средству достижения своекорыстных целей. Эгоизм противопоставляется альтруизму.

Эгоцентрическая речь – речевая деятельность, сопровождающая игру ребенка-дошкольника и обращенная к самому себе. Представляет собой промежуточное звено в переходе от внешней речи к внутренней.

Эксперимент – основной метод психологии, опирающийся на точный учет изменяемых независимых переменных, которые в свою очередь влияют на зависимую переменную.

Экстериоризация – переход от внутреннего, умственного плана действий к внешнему, реализуемому в форме приемов и действий с предметами. Антоним – интериоризация.

Экстравертированность – характерологическая особенность некоторых людей, проявляющаяся в повышенной общительности, открытости внутреннего мира, интересе к другим людям и несклонности к углубленному самоанализу. Антоним – интровертированность.

Эмоции (лат. *emoveo* – потрясаю, волну) – особый класс психических явлений, проявляющийся в форме непосредственного, пристрастного переживания субъектом жизненного смысла этих явлений, предметов и ситуаций для удовлетворения своих потребностей.

Эмпатия – способность понимания психических состояний других людей и сопереживания им. Действенной формой Э. является эмоциональная идентификация.

Эмоции – особый класс психических процессов и состояний, связанных с потребностями и мотивами и отражающих в форме переживаний значимость действующих на субъекта явлений и ситуаций.

Эффлектор – мышца или железа, реагирующая на воздействие и адаптирующая к нему организм.

Эфферентный – центробежный, идущий от центра к периферии. Э. нерв – волокно, проводящее нервные импульсы из центральной нервной системы к эффлектору. Антоним – афферентный.

Язык – система знаков, служащая средством человеческого общения, мышления, передачи от поколения к поколению и хранения информации. Язык существует и реализуется через речь.

Белова Елизавета Васильевна

Психология

Практикум

Часть 2

Редактор *С. Д. Щербакова*

Компьютерная верстка *Н. А. Ефремовой*

План 2014–2015 гг., п. 104 б

Подписано к печати 18.11.2014

Объем 3,0 усл.-печ. л. Тираж 15 экз. Заказ 535

Редакционно-издательский центр СПбГУТ

191186 СПб., наб. р. Мойки, 61

Отпечатано в СПбГУТ