



ИЗДАТЕЛЬСТВО

МОСКОВСКИЙ АВИАЦИОННЫЙ ИНСТИТУТ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ
И ПЛАНЫ
ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

Москва • 2019

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МОСКОВСКИЙ АВИАЦИОННЫЙ ИНСТИТУТ
(национальный исследовательский университет)**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ
И ПЛАНЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
“СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ”**

Утверждено
на заседании редсовета
28 ноября 2018 г.

Москва
Издательство МАИ
2019

Авторы-составители:
д-р психол. наук, профессор *Н.Д. Лысаков*
канд. психол. наук *Д.И. Пономарева*

Методические указания к выполнению заданий и планы практических занятий по дисциплине “Социальная психология” / Авт.-сост.: Н.Д. Лысаков, Д.И. Пономарева. — М.: Изд-во МАИ, 2019. — 64 с.

Методические указания имеют целью помочь студентам в системном освоении курса социальной психологии. Они включают темы и планы практических занятий, таблицы для самоподготовки, практические задания, итоговые проверочные тесты, тематику рефератов, докладов, контрольных работ, перечень вопросов к экзамену, методические рекомендации для самостоятельной работы, психодиагностические методики, списки рекомендуемой научной и методической литературы по каждой теме и общий библиографический список.

Методические указания разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования для направлений подготовки “менеджмент” и “сервис” и предназначены для студентов МАИ, изучающих дисциплину “Социальная психология”.

Рецензенты:

канд. психол. наук, профессор *Г.В. Гнездилов*;
кафедра 512 МАИ (зав. кафедрой канд. техн. наук, доцент *А.И. Тихонов*)

Тем. план 2019, поз. 9

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ
И ПЛАНЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
“СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ”**

Авторы-составители:
Лысаков Николай Дмитриевич
Пономарева Диана Игоревна

Редактор *Е.Л. Мочина*
Компьютерная верстка *Т.С. Евгеньевой*

Сдано в набор 01.07.2019. Подписано в печать 12.08.2019.
Бумага писчая. Формат 60x84 1/16. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 3,72. Уч.-изд. л. 4,00. Тираж 100 экз.
Заказ 1025/709.

Издательство МАИ
(МАИ), Волоколамское ш., д. 4, Москва, А-80, ГСП-3 125993

Типография Издательства МАИ
(МАИ), Волоколамское ш., д. 4, Москва, А-80, ГСП-3 125993

ISBN 978-5-4316-0614-4

© Московский авиационный институт
(национальный исследовательский
университет), 2019

ПРЕДИСЛОВИЕ

Для дисциплины “Социальная психология” актуально системное решение теоретических и практических задач: изучение закономерностей поведения и деятельности людей, обусловленных включением их в социальные группы, а также психологии самих этих групп и вместе с тем формирование навыков прикладных исследований, необходимых практике.

Данное методическое пособие ориентировано на реализацию образовательных целей: в процессе рассмотрения системы понятий и соответствующих концепций, а также теоретических проблем продемонстрировать их значимость для решения прикладных практических задач в профессиональной деятельности менеджера; сформировать навыки и умения: использования современных методов социальной психологии в изучении личности и социальных групп; организации индивидуальной деятельности, межличностного и межгруппового взаимодействия людей; применения социально-психологического воздействия в процессе общения; профилактики и разрешения межличностных и межгрупповых конфликтов.

Изучение курса дает возможность овладеть основными методами социально-психологического исследования, приобрести навыки саморазвития, способствует полноценному личностному и профессиональному росту студентов, формированию у них активной жизненной позиции. Практические задания, специальная литература по каждой теме, итоговые тесты позволяют студентам определить степень усвоения учебного материала, а также подготовиться к экзамену по данной дисциплине.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Практическое занятие № 1

Тема: “Эмпирические методы социальной психологии”

План занятия

1. Место социальной психологии в системе гуманитарного знания.
2. Современные представления о предмете и объекте социальной психологии.
3. Методологическая база социальной психологии.
4. Классификация социально-психологических методов.
5. Применение эмпирических методов в прикладной социальной психологии.

Литература

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.
2. *Корягина Н.А.* Социальная психология: теория и практические методы: Учебник и практикум для академического бакалавриата. — М.: Юрайт, 2016. — 316 с.
3. *Крысько В.Г.* Социальная психология: Учебник для бакалавров. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 553 с.
4. *Почебут Л.Г.* Социальная психология: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. — СПб.: Питер, 2017. — 400 с.
5. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология: Учебник и практикум для СПО. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.

Практическое задание

Заполните табл. 1.

Таблица 1

МЕТОДЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Методы социально-психологического исследования	Содержательная характеристика методов социально-психологического исследования
НАБЛЮДЕНИЕ	
ЭКСПЕРИМЕНТ	
ОПРОС (беседа, интервью, анкетирование)	
ТЕСТИРОВАНИЕ	
ИЗУЧЕНИЕ ДОКУМЕНТОВ И КОНТЕНТ-АНАЛИЗ	
СОЦИОМЕТРИЯ	

Практическое занятие № 2

Тема: “Социальный интеллект и методы его развития”

План занятия

1. Характеристика механизмов социального познания в психологии.
2. Понятие и виды познавательных способностей человека.
3. Роль социального интеллекта в процессе социализации.
4. Проблема измерения социального интеллекта в психологии.
5. Социально-психологические методы повышения уровня социального интеллекта.

Литература

1. Андреева Г.М. Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.

2. *Крысько В.Г.* Социальная психология: Учебник для бакалавров. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 553 с.

3. *Журавлев А.Л.* Актуальные проблемы социально ориентированных отраслей психологии. — М.: Институт психологии РАН, 2011. — 560 с.

4. *Майерс Д.* Социальная психология. — СПб.: Питер, 2014. — 800 с.

5. Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. — М.: Институт психологии РАН, 2004. — 176 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщение на тему: “Социально-психологические методы развития социального интеллекта”.

2. Подготовьте презентацию на тему: “Сравнительная характеристика эмоционального и социального интеллекта человека”.

Практическое занятие № 3

Тема: “Роль как социально-психологический феномен”

План занятия

1. Общение как специфическая форма взаимодействия людей.

2. Социальные статусы и роли: понятие и типология.

3. Основные положения транзактного анализа (Э. Берн).

4. Выбор тактики общения с позиций “родитель”, “ребенок”, “взрослый”.

5. Стратегии ролевого поведения в межличностной коммуникации.

Литература

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.

2. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. — М.: Бомбора (Эксмо), 2018. — 256 с.

3. *Ильин Е.П.* Психология общения и межличностных отношений. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2018. — 592 с.

4. *Крысько В.Г.* Социальная психология: Учебник для бакалавров. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 553 с.

5. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология: Учебник и практикум для СПО. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщение на тему: “Социально-психологическая характеристика моделей ролевого поведения”.

2. Подготовьте мини-презентацию на тему: “Ролевое поведение в межличностной коммуникации”.

3. Выполните задание: “Методика диагностики межличностных отношений” (приложение 1).

Практическое занятие № 4 **Тема: “Институты социализации личности”**

План занятия

1. Интерпретация понятия “социализация” в социальной психологии.

2. Факторы социально-психологической адаптации личности.

3. Этапы возрастной и трудовой социализации.

4. Первичные и вторичные агенты социализации.

5. Психологические механизмы социализации личности.

6. Социально-психологическая характеристика основных институтов социализации личности.

Литература

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.

2. *Крысько В.Г.* Социальная психология: Учебник для бакалавров. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 553 с.

3. *Майерс Д.* Социальная психология. — СПб.: Питер, 2014. — 800 с.

4. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология: Учебник и практикум для СПО. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщения на темы: “Влияние семейного воспитания на социализацию подростка”; “Социальная интеграция” (табл. 2).

2. Подготовьте мини-презентацию на тему: “Психосоциальные кризисы этапов возрастной социализации”.

3. Выполните задание: “Методика диагностики социально-психологической адаптации личности” (приложение 2).

Таблица 2

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОЦЕССОВ СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Социальная адаптация	Социально-психологическая интеграция		Индивидуализация
Усвоение культурных норм	Понимание и принятие норм	Идентификация с культурными нормами	Развитие индивидуальных смыслов и ценностей
Интерииоризация знаний и средств деятельности	Научение в процессе общения и совместной деятельности	Соответствие субъективной картины мира и реальности	Самореализация в познании и конструктивной деятельности
Обучение эффективному взаимодействию с другими людьми	Развитие навыков сотрудничества и разрешения конфликтов	Самоценность, равная ценности другого человека	Опыт привязанности и близких отношений
Типизация свойств и стандартизация действий	Гибкость, оптимизация индивидуального стиля	Самоконтроль поведения	Рефлексия, самопознание, саморегуляция, саморазвитие
Социальная активность личности	Согласование общественных интересов и личных целей	Целевая регуляция	Осознаваемые и бессознательные потребности и мотивы

Практическое занятие № 5

Тема: “Социально-психологические свойства личности”

План занятия

1. Понятие “личность” в социальной психологии.
2. Социально-психологические теории личности в зарубежной и отечественной психологии.
3. Системно-структурный подход к изучению личности.
4. Роль Я-концепции в социальном поведении личности.
5. Содержание процесса социализации и его основные стадии.
6. Социально-психологические факторы адаптации и дезадаптации личности.

Литература

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.
2. *Крысько В.Г.* Социальная психология: Учебник для бакалавров. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 553 с.
3. *Почебут Л.Г.* Социальная психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2017. — 400 с.
4. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология: Учебник и практикум для СПО. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.
5. *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. — 3-е изд. — СПб.: Питер, 2016. — 608 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщения на темы: “Психоаналитические теории личности”; “Теории личности в гуманистической психологии”.
2. Подготовьте мини-презентацию на тему: “Мотивационно-смысловая сфера личности”.
3. Выполните задания: “Методика определения самооценки личности” (приложение 3); тест “Самоуправление личности” (приложение 4).

Практическое занятие № 6

Тема: “Социальная психология профессионализма”

План занятия

1. Психологические критерии, уровни и показатели профессионализма.
2. Социально-психологические компоненты профессионализма.
3. Факторы формирования профессионального самосознания.
4. Типология карьерных ориентаций личности (Э. Шейн).
5. Профессиональная мотивация личности.
6. Профессиограмма менеджера.

Литература

1. Базаров Т.Ю. Психология управления персоналом. Теория и практика: Учебник для бакалавров. — М.: Юрайт, 2014. — 381 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.
3. Крысько В.Г. Социальная психология: Учебник для бакалавров. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 553 с.
4. Почебут Л.Г. Социальная психология: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2017. — 400 с.
5. Романова Е.С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. — СПб.: Питер, 2008. — 464 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщения на темы: “Психологические особенности профессиональной деформации”; “Личностный и карьерный рост”.
2. Подготовьте мини-презентацию на тему: “Профессиограмма HR-менеджера” (табл. 3).
3. Заполните табл. 4 (кратко опишите содержание критериев).

Таблица 3

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОФЕССИОГРАММЫ

№ пп.	Требования к типовому содержанию профессиограммы
1	Предназначение, “миссия” профессии, ее роль в обществе, направленность на человека

№ пп.	Требования к типовому содержанию профессиограммы
2	Распространенность профессии (типичные для данной профессии учреждения)
3	Предмет труда в профессии — стороны окружающей действительности, на которые воздействует человек в ходе труда (материальные предметы, идеальные предметы, человек). Правильное видение предмета труда — первый важный шаг к профессионализму
4	Профессиональные знания как совокупность сведений о сторонах труда в профессии
5	Виды деятельности, действия, приемы, умения, способы работы, технологии, техники, применяемые в данной профессии для успешного достижения результата
6	Средства труда, которые человек использует для воздействия на предмет труда при реализации своих целей, для получения нужного продукта труда
7	Условия труда: режим труда и отдыха, возможности их варьирования; характеристика социального окружения
8	Организация и кооперация труда: формы индивидуальной, совместной, групповой деятельности, преобладающие в данной профессии; виды профессионального общения и позиции в нем, обмен средствами и продуктами труда между его участниками; нормы выполнения и сроки; субординация и иерархия подчинения, социальный статус и должности в рамках профессии
9	Продукт труда (или его результат) — те качественные и количественные изменения, которые человек приносит в предмет труда; критерии оценки результата труда
10	Возможные уровни профессионализма и квалификационные разряды в данной профессии, категории и их оплата
11	Права представителя данной профессии: психологическая и социальная безопасность, наличие благоприятного микроклимата в профессиональной среде; социальные гарантии, размеры оплаты труда и отпуска, охрана труда; возможность повышения квалификации, переподготовки по смежным профессиям; формы служебного продвижения и поощрения профессионального роста

№ пп.	Требования к типовому содержанию профессиограммы
12	Обязанности представителя данной профессии: профессиональная компетентность, знание этических норм профессионального поведения
13	Позитивное влияние данной профессии на человека: возможность личностной самореализации, векторы и динамика внутреннего роста
14	Негативные стороны профессии: зоны и типы трудностей и ошибок, возможные материальные и нравственные потери, наличие экстремальных и стрессовых ситуаций

Таблица 4

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА

№ пп.	Критерии профессиональной самореализация	Краткое содержание критерия
1	Профессиональные и психологические знания о труде	
2	Профпригодность	
3	Профессиональное самосознание	
4	Имидж профессионала	
5	Профессиональная компетентность	
6	Профессиональная обучаемость	
7	Профессиональные способности	
8	Профессиональное мышление	
9	Способы профессиональной деятельности в кризисных ситуациях	
10	Творчество и инновации в профессиональной деятельности	

Практическое занятие № 7
Тема: “Социально-психологические факторы
аддиктивного поведения”

План занятия

1. Понятие “отклоняющееся поведение” в современной социальной психологии.
2. Социальные факторы и условия развития девиаций.
3. Типология аддикций в современном мире.
4. Роль семьи в формировании зависимого поведения подростка.
5. Аддиктивное поведение как фактор социально-психологической дезадаптации личности.

Литература

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.
2. *Змановская Е.В.* Девиантология: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., испр. — М.: Академия, 2004. — 288 с.
3. *Клейберг Ю.А.* Психология девиантного поведения: Учебник и практикум для вузов. — 5-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2016. — 290 с.
4. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология: Учебник и практикум для СПО. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.
5. *Шнейдер Л.Б.* Психология девиантного и аддиктивного поведения: Учеб. пособие для академического бакалавриата. — 2-е изд. — М.: Юрайт, 2018. — 141 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщения на темы: “Причины и последствия интернет-зависимости современных подростков”; “Психологическая характеристика криминальной субкультуры”.
2. Подготовьте мини-презентацию на тему: “Типология отклоняющегося поведения личности”.

Практическое занятие № 8

Тема: “Психология конфликтов”

План занятия

1. Психология межличностных отношений.
2. Роль и специфика вербальной и невербальной коммуникации.
3. Психологическая характеристика коммуникативных барьеров.
4. Характеристика и типология социальных конфликтов.
5. Социально-психологические методы профилактики и урегулирования конфликтов.

Литература

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.
2. *Анцупов А.Я., Шипилов А.И.* Конфликтология.— 6-е изд., испр. и доп. — СПб.: Питер, 2016. — 528 с.
3. *Бороздина Г.В.* Психология и этика делового общения. — М.: Юрайт, 2014. — 463 с.
4. *Ильин Е.П.* Психология общения и межличностных отношений. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2018. — 592 с.
5. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщения на темы: “Психотехнологии в деловом общении”; “Методы профилактики конфликтов”.
2. Подготовьте мини-презентацию на тему: “Классификация конфликтов в организации”.
3. Выполните задание: тест “Тактики поведения личности в конфликтных ситуациях” (приложение 5).

Практическое занятие № 9

Тема: “Психология толпы”

План занятия

1. Общая характеристика и типология стихийных групп.
2. Характеристика различных видов толпы.

3. Социально-психологические особенности стихийного поведения.

4. Паника как массовое психологическое явление.

5. Психологические способы воздействия в больших неорганизованных группах.

Литература

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.

2. *Забарин А.В.* Психология толпы и массовых беспорядков: Учебник и практикум для вузов. — М.: Юрайт, 2017. — 212 с.

3. *Лебон Г.* Психология народов и масс. — М.: АСТ, 2016. — 160 с.

4. *Почебут Л.Г.* Социальные общности. Психология толпы, социума, этноса. — СПб.: Изд-во СПбУ, 2005. — 284 с.

5. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология: Учебник и практикум для СПО. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.

Практические задания

1. Подготовьте сообщения на темы: “Психологические особенности стихийного поведения”; “Паника как массовое психологическое явление”.

2. Подготовьте мини-презентацию на тему: “Социально-психологические особенности поведения человека в толпе” (табл. 5).

Таблица 5

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТОЛПЫ

ПАССИВНАЯ ТОЛПА	АКТИВНАЯ ТОЛПА
<i>Случайная</i> — неорганизованная общность людей, возникающая в связи с каким-либо незапланированным событием (ДТП, пожаром и т.д.)	<i>Агрессивная</i> — скопление людей, стремящихся к уничтожению, разрушению и даже убийству

ПАССИВНАЯ ТОЛПА	АКТИВНАЯ ТОЛПА
<p style="text-align: center;"><i>Конвенциональная</i></p> <p>— поведение основано на реальных или подразумеваемых нормах и правилах поведения — конвенциях. Такая толпа собирается по поводу заранее объявленного мероприятия (митинга, демонстрации, спортивного состязания, концерта и т.д.)</p>	<p style="text-align: center;"><i>Стяжательская</i></p> <p>— скопление людей, находящихся в непосредственном и неупорядоченном конфликте друг с другом из-за обладания теми или иными ценностями; может быть спровоцирована игнорированием жизненных интересов граждан властями</p>
<p style="text-align: center;"><i>Экспрессивная</i></p> <p>— общность людей, отличающаяся особой силой массового проявления эмоций и чувств в отношении заранее объявленного события (горя, радости, восторга, негодования, любви, грусти, гнева, ненависти и т.д.)</p>	<p style="text-align: center;"><i>Экстатическая</i></p> <p>— характеризуется состоянием общего экстаза на основе взаимного ритмически нарастающего заражения (массовые религиозные ритуалы, карнавалы, рок-концерты и т.п.)</p>

ИТОГОВОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ “СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ”

Вариант № 1

Вопрос 1. Социальная психология оформилась как наука:

- 1) в Древнем Риме;
- 2) в Средние века;
- 3) в начале XX века;
- 4) в конце XX века.

Вопрос 2. Предметом социальной психологии являются:

- 1) возрастные различия людей;
- 2) личность и социальные группы;
- 3) особенности восприятия у мужчин и женщин;
- 4) причины стрессов в профессиональной деятельности.

Вопрос 3. Трудовая деятельность — это:

- 1) условие формирования личности;
- 2) предпосылка психического развития;
- 3) общественно-полезная активность;
- 4) все вышеперечисленное.

Вопрос 4. Личность в социальной психологии — это:

- 1) человек, характеризующийся своей неповторимостью;
- 2) отдельный человек как представитель человеческой общности;
- 3) человек как живое существо;
- 4) человек — носитель сознания, выполняющий социальные функции.

Вопрос 5. Какое понятие обозначает фиксацию внимания на своем внутреннем мире:

- 1) экстраверсия;
- 2) интроверсия;
- 3) эмоциональность;
- 4) замкнутость?

Вопрос 6. Высший этап развития этнической общности, которой соответствует определение экономической формации, — это:

- 1) нация;
- 2) большая группа;
- 3) этнос;
- 4) национальность.

Вопрос 7. Относительно кратковременное и бесструктурное скопление людей — это:

- 1) митинг;
- 2) сборище;
- 3) толпа;
- 4) большая группа.

Вопрос 8. Какие признаки характеризуют малую группу:

- 1) наличие общей целей;
- 2) осуществление определенных контактов;
- 3) проявление чувства принадлежности;
- 4) все вышеперечисленные?

Вопрос 9. Группы, объединенные по какому-либо признаку, — это:

- 1) формальные группы;
- 2) условные группы;
- 3) коллектив;
- 4) реальные группы.

Вопрос 10. Совместная деятельность обеспечивает реализацию функции малой группы:

- 1) социализации;
- 2) инструментальной;
- 3) экспрессивной;
- 4) поддерживающей.

Вопрос 11. Чрезмерное усиление роли руководителя характеризует:

- 1) либеральный стиль;
- 2) демократической стиль;
- 3) авторитарный стиль.

Вопрос 12. Конфликт в малой группе играет роль:

- 1) деструктивную;
- 2) конструктивную;
- 3) деструктивную и конструктивную.

Вопрос 13. Лабораторные группы — это группы:

- 1) организованные;
- 2) временные;
- 3) закрытые;
- 4) искусственные.

Вопрос 14. Конформному типу личности свойственны:

- 1) глубина проявления эмоций, ранимость;
- 2) частая смена настроений, преувеличенное восприятие;
- 3) робость, опаска;
- 4) внушаемость, несамостоятельность.

Вопрос 15. Структура личности — это:

- 1) ее анатомическое строение;
- 2) особенности поведения в обществе;
- 3) совокупность ее социально-психологических характеристик;
- 4) эмоциональные параметры личности.

Вопрос 16. К социально-психологическим характеристикам личности НЕ относятся:

- 1) самооценка;
- 2) скорость реакции;
- 3) способности;
- 4) наличие развитого сознания.

Вопрос 17. К основным институтам социализации НЕ относится:

- 1) семья;
- 2) репетиторство;
- 3) школа;
- 4) трудовой коллектив.

Вопрос 18. Социализация личности НЕ включает в себя:

- 1) образование;
- 2) приобретение профессии;
- 3) умение полноценно отдыхать;
- 4) выработку творческих навыков.

Вопрос 19. Что из нижеперечисленного НЕ относится к способам социализации:

- 1) подражание;
- 2) имитация;
- 3) идентификация;
- 4) интуиция?

Вопрос 20. Кто в социальной группе имеет наиболее низкий социальный статус:

- 1) социометрические звезды;
- 2) низкокостатусные члены группы;
- 3) аутсайдеры;
- 4) изолированные?

Вопрос 21. Главное средство межличностного общения — это:

- 1) жестикуляция;
- 2) выразительный взгляд;
- 3) язык;
- 4) коммуникабельность.

Вопрос 22. Что НЕ относится к технике общения:

- 1) доброжелательный характер;
- 2) способы настройки человека на общение;
- 3) принятие нужного выражения лица, позы;
- 4) наблюдение за реакцией партнера и коррекция собственного поведения?

Вопрос 23. Что НЕ является функцией общения:

- 1) обмен информацией;
- 2) обмен непроверенными сведениями;
- 3) социальная перцепция;
- 4) интеракция?

Вопрос 24. Межличностные конфликты чаще всего НЕ возникают:

- 1) при наличии сходных интересов двух или нескольких членов группы;
- 2) при наличии противоположных интересов;
- 3) при острой внутригрупповой конкуренции;
- 4) из-за неквалифицированного руководства.

Вопрос 25. К социогенным (бытийным) А. Маслоу относит:

- 1) потребности в самореализации личности;
- 2) физиологические потребности;
- 3) потребности в безопасности;
- 4) потребности в защите.

Вариант № 2

Вопрос 1. Социальная психология изучает факты и закономерности:

- 1) развития и функционирования психики;
- 2) поведения и деятельности людей в социумах;
- 3) проявления личных переживаний;
- 4) функционирования социальных институтов.

Вопрос 2. Объектами изучения в социальной психологии выступают:

- 1) социальные группы;
- 2) личности;
- 3) взаимодействие и общение;
- 4) все вышеперечисленное.

Вопрос 3. К. Роджерс разработал научную основу:

- 1) Я — концепции личности;
- 2) психических процессов и состояний;
- 3) мотивационной сферы;
- 4) задатков и способностей.

Вопрос 4. Социальный статус личности — это:

- 1) совокупность прав и обязанностей, обусловленная положением в социуме;
- 2) функция социального контроля;
- 3) разновидность авторитета;
- 4) система поведения и действий.

Вопрос 5. Социализация личности — это процесс:

- 1) сотрудничества и компромиссов;
- 2) усвоения и воспроизводства социального опыта;
- 3) построения информационных моделей;
- 4) формирования познавательной активности.

Вопрос 6. В структуре направленности личности простым мотивом не является:

- 1) влечение;
- 2) желание;
- 3) симпатия;
- 4) стремление.

Вопрос 7. Социально-психологический климат группы — это:

- 1) форма организации межличностного внутригруппового взаимодействия;
- 2) характеристика выраженности разнонаправленных интересов;
- 3) комплексное социально-психологическое состояние взаимоотношений и общения в группе;
- 4) показатель адаптированности личности.

Вопрос 8. Теория личности К.Г. Юнга относится:

- 1) к гуманистической психологии;
- 2) к когнитивной психологии;
- 3) к глубинной психологии;
- 4) к бихевиоризму.

Вопрос 9. Понятие экстернальности-интернальности характеризует:

- 1) самоэффективность;
- 2) самоидентичность;
- 3) локус контроля;
- 4) экстраверсия.

Вопрос 10. Какой из перечисленных феноменов НЕ является элементом структуры “Я-концепции” по Р. Бернсу:

- 1) идеальное Я;
- 2) реальное Я;
- 3) социальное Я;
- 4) телесное Я?

Вопрос 11. Какое из понятий характеризует процесс мысленного сопереживания партнеру:

- 1) аттракция;
- 2) идентификация;
- 3) рефлексия;
- 4) эмпатия?

Вопрос 12. Первым этапом процесса общения является:

- 1) установление контакта;
- 2) обмен информацией;
- 3) ориентация в ситуации;
- 4) передача сообщения.

Вопрос 13. Вид психологического воздействия, связанного со скрытым побуждением партнера к мыслям и действиям, называется:

- 1) личное влияние;
- 2) манипуляция;
- 3) убеждение;
- 4) принуждение.

Вопрос 14. Труд — это деятельность человека:

- 1) направленная на самосовершенствование;
- 2) осуществляемая для производства материальных и духовных благ;
- 3) позволяющая получать средства к жизни;
- 4) все вышеперечисленное.

Вопрос 15. Какая из функций является основной функцией социальных установок личности:

- 1) представление упрощенных знаний о социальном объекте;
- 2) самовыражение личности;
- 3) разрешение внутренних конфликтов;
- 4) регуляция социального поведения?

Вопрос 16. Какой из перечисленных признаков является базовой качественной характеристикой малой группы:

- 1) контактность;
- 2) организованность;
- 3) референтность;
- 4) сплоченность?

Вопрос 17. Процесс установления различий между социальными группами называется:

- 1) межгрупповая дезадаптация;
- 2) межгрупповая дезинтеграция;
- 3) межгрупповая дискриминация;
- 4) межгрупповая дифференциация.

Вопрос 18. Согласно Г.М. Андреевой структура общения включает в себя следующие стороны (компоненты):

- 1) перцептивную, информативную, когнитивную;
- 2) перцептивную, коммуникативную, регулятивную;
- 3) информативную, регулятивную, аффективную;
- 4) коммуникативную, перцептивную, интерактивную.

Вопрос 19. Как называется процесс формирования привлекательности какого-то человека для воспринимающего, результатом чего является формирование межличностных отношений:

- 1) апперцепция;
- 2) аттракция;
- 3) атрибуция;
- 4) аффилиация?

Вопрос 20. Основателем какого из направлений социальной психологии является Г. Лебон:

- 1) психология классов;
- 2) психология толпы;
- 3) психология народов;
- 4) психология масс?

Вопрос 21. Социальная перцепция — это процесс:

- 1) передачи и приема информации;
- 2) восприятия и понимания человека человеком;
- 3) установления и развития межличностных отношений;
- 4) выработки единой стратегии взаимодействия.

Вопрос 22. Какой из механизмов межличностного восприятия выступает источником искажения его адекватности:

- 1) аттракция;
- 2) эмпатия;
- 3) рефлексия;
- 4) проекция?

Вопрос 23. Какое из понятий НЕ является характеристикой общения как коммуникации:

- 1) когнитивный диссонанс;
- 2) коммуникативный барьер;
- 3) невербальное поведение;
- 4) обратная связь?

Вопрос 24. Человек — инициатор передачи информации в процессе общения — называется:

- 1) переговорщик;
- 2) коммуникатор;
- 3) переводчик;
- 4) реципиент.

Вопрос 25. Стилъ поведения в конфликтной ситуации, направленный на выработку решения, максимально учитывающего интересы партнеров, называется:

- 1) избегание;
- 2) компромисс;
- 3) принуждение;
- 4) сотрудничество.

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ

1. Научно-теоретические предпосылки возникновения социальной психологии.
2. Основные направления зарубежной социальной психологии: история и современное состояние.
3. Вклад отечественных ученых в становление и развитие социальной психологии в России.
4. Специфика исследования социально-психологических явлений.
5. Эмпирические и практические методы социальной психологии.
6. Психологические проблемы взаимодействия личности и общества.
7. Социально-психологические теории личности в зарубежной психологии.
8. Социально-психологические теории личности в отечественной психологии.
9. Социальный и эмоциональный интеллект.
10. Социально-психологические стадии развития личности.
11. Проблемы социально-психологической адаптации личности в современном мире.
12. Роль стереотипов в процессе социальной перцепции.
13. Девиантное поведение подростков: причины и последствия.
14. Аддиктивное поведение как фактор социальной дезадаптации личности.
15. Социальные установки личности и их роль в поведении.
16. Мотивация и мотивирование личности.
17. Семья как малая группа и социальный институт.
18. Социально-психологическая характеристика стилей воспитания.
19. Структура и функции Я-концепции в социальном поведении.
20. Психологические характеристики профессионализма.
21. Типовые содержательные критерии профессиограммы.
22. Карьерные ориентации личности.
23. Коммуникативная компетентность менеджера.

24. Социальная перцепция и проблема понимания человека человеком.

25. Социально-психологическая специфика обмена информацией.

26. Психологических типы и формы взаимодействия людей.

27. Феномен группы в социальной психологии.

28. Психология межличностного взаимодействия.

29. Психотехнологии делового общения.

30. Психология межличностных отношений.

31. Принципы исследования больших социальных групп.

32. Толпа как социально-психологический феномен.

33. Социально-психологическая характеристика конфликтов.

34. Способы урегулирования конфликтов в организации.

35. Модели ролевого поведения личности.

36. Социометрическая структура малой группы.

37. Лидерство и руководство в социальных группах.

38. Основные направления прикладной социальной психологии.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ “СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ”

1. Предмет и объект исследования в современной социальной психологии.
2. Методология социальной психологии и уровни исследования.
3. Задачи современной социальной психологии.
4. Место социальной психологии в системе гуманитарного знания.
5. Общая характеристика методов социальной психологии.
6. Эмпирические методы социальной психологии.
7. Основные теории личности в социальной психологии.
8. Понятие о структуре личности в социальной психологии.
9. Я-концепция личности: понятие и содержание.
10. Понятие и виды самооценки личности.
11. Направленность и мотивационная сфера личности.
12. Социальный интеллект и методы его развития.
13. Виды и стадии процесса социализации личности.
14. Институты социализации личности.
15. Факторы социально-психологической адаптации личности.
16. Самореализация личности в профессии.
17. Психосоциальная патология.
18. Понятие и типология девиантного поведения личности.
19. Социально-психологические факторы формирования и развития аддикций.
20. Психологическая характеристика асоциального поведения.
21. Общение как социально-психологический феномен.
22. Понятие и психологические механизмы социальной перцепции.
23. Общение как обмен информацией.
24. Коммуникативные барьеры, их психологическая характеристика.
25. Ролевое поведение в коммуникативном процессе.
26. Коммуникативная компетентность в управленческой деятельности.

27. Интерактивная сторона общения.
28. Классификация социальных конфликтов.
29. Тактики поведения личности в конфликтных ситуациях.
30. Классификация групп в социальной психологии.
31. Социально-психологическая характеристика малых групп.
32. Социально-психологическая характеристика и функции семьи.
33. Понятие и показатели социально-психологического климата группы.
34. Феномен лидерства и его основные формы.
35. Социально-психологическая характеристика больших организованных групп.
36. Психологическая характеристика социальных движений.
37. Психология толпы (понятие, виды, структура).
38. Паника как социально-психологический феномен.
39. Характеристика социокультурных барьеров в межличностном общении.
40. Практическая социальная психология в управлении организацией.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

В ходе изучения дисциплины обучающиеся выполняют два вида самостоятельной работы: а) подготовка тезисов на основе реферирования литературы и источников; б) подготовка презентаций по результатам выполнения учебных практических заданий.

Методические рекомендации по подготовке тезисов докладов и рефератов

Тезисы составляются на основе главных идей и положений, выяснения существенного и второстепенного в собственной работе, что позволяет автору глубоко проанализировать материал, подготовленный к научно-практической конференции, выделить в нем главное. Каждая книга, статья, доклад представляют собой цепь логически связанных утверждений, которые в тексте обычно сопровождаются обоснованиями, доказательствами, пояснениями, иллюстрациями. Тезисы позволяют сделать критический анализ книги, статьи или доклада. Они акцентируют внимание на сути излагаемого материала, облегчают сопоставление своих мыслей с рассуждениями автора произведения.

Последовательность написания тезисов

Прежде всего, нужно составить план, затем прочитать фрагмент текста, который имеет свой подзаголовок — пункт плана, и, уяснив его суть, сформулировать отдельные положения, эти положения записать. Они и являются тезисами. Такую работу необходимо проделать со всеми фрагментами текста. Корректно составленные тезисы вытекают один из другого. Первый тезис, открывающий запись, наиболее общий. Он в той или иной мере опреде-

ляет содержание последующих. Назначение последнего тезиса, завершающего — подытожить все предыдущие.

Главной отличительной чертой тезисов от других форм научных публикаций является обобщение информации, которое можно представить универсальным перечнем следующих аспектов содержания: актуальность проблемы; степень изученности проблемы (выделить достоинства и недостатки известного в науке и практике варианта решения); целевая установка; предмет рассмотрения или предлагаемый вариант решения заявленной проблемы; особенности (новизна) предлагаемого предмета рассмотрения или варианта решения; результаты, выводы, рекомендации, область практического применения полученных результатов.

С точки зрения структуры тезисы состоят из следующих частей: вводной, основной, заключительной.

Работа над тезисами требует, прежде всего, умения выделить главную информацию из исходного текста и передать содержание исходного текста кратко, обобщенно:

1) отобрать в исходном тексте основное содержание (относительно частей исходного текста) и существенное (внутри каждой основной части);

2) произвести исключение и обобщение, найти обобщающие речевые средства выражения (например, “ставит вопрос”, “перечисляет”, “подчеркивает”, “при этом важно, что” и т.д.);

3) построить сжатый текст; разбить его на смысловые блоки и выделить те из них, которые несут основную смысловую нагрузку.

Требования к структуре презентации Power Point

1. Шрифт — Times New Roman, минимальный размер текста — 18 пт.

2. Текст на слайдах должен хорошо читаться на любом фоне.

3. Необходимо использовать максимальное пространство экрана (слайда),

4. По возможности используйте верхние 3/4 площади экрана (слайда), так как с последних рядов нижняя часть экрана обычно не видна.

5. В первом слайде презентации должны быть указаны тема, Ф.И.О. исполнителя, группа.

6. Каждый слайд должен содержать заголовок. В конце заголовков точка не ставится.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. *Алтунина И.Р.* Социальная психология: Учебник для академического бакалавриата / Под ред. Р.С. Немова. — 2-е изд. — М.: Юрайт, 2015. — 427 с.

2. *Андреева Г.М.* Социальная психология. — 6-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2018. — 363 с.

3. *Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А.* Зарубежная социальная психология XX столетия. — М.: Аспект Пресс, 2002. — 287 с.

4. *Анциупов А.Я., Шипилов А.И.* Конфликтология. — 6-е изд., испр. и доп. — СПб.: Питер, 2016. — 528 с.

5. *Базаров Т.Ю.* Психология управления персоналом. Теория и практика: Учебник для бакалавров. — М.: Юрайт, 2014. — 381 с.

6. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. — М.: Бомбора (Эксмо), 2018. — 256 с.

7. *Бороздина Г.В.* Психология и этика делового общения. — М.: Юрайт, 2014. — 463 с.

8. *Журавлев А.Л.* Актуальные проблемы социально ориентированных отраслей психологии. — М.: Институт психологии РАН, 2011. — 560 с.

9. *Журавлев А.Л., Соснин В.А., Красников М.А.* Социальная психология: Учеб. пособие для студ. вузов. — М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. — 412 с.

10. *Забарин А.В.* Психология толпы и массовых беспорядков: Учебник и практикум для вузов. — М.: Юрайт, 2017. — 212 с.

11. *Змановская Е.В.* Девиантология: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., испр. — М.: Академия, 2004. — 288 с.

12. *Ильин Е.П.* Психология общения и межличностных отношений. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2018. — 592 с.

13. *Истратова О.Н.* Справочник психолога-консультанта организации. — Изд. 3-е. — Ростов-н/Д.: Феникс, 2010. — 640 с.

14. *Клейберг Ю.А.* Психология девиантного поведения: Учебник и практикум для вузов. — 5-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2016. — 290 с.

15. *Корягина Н.А.* Социальная психология: теория и практические методы: Учебник и практикум для академического бакалавриата. — М.: Юрайт, 2016. — 316 с.

16. *Красовский Ю.Д.* Организационное поведение. — М.: Юнити-Дана, 2012. — 488 с.

17. *Кравченко А.И.* Социология: Учебник для академического бакалавриата. — М.: Юрайт, 2016. — 384 с.

18. *Крысько В.Г.* Социальная психология: Учебник для бакалавров. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 553 с.

19. *Крысько В.Г.* Социальная психология. Схемы и комментарии. — 5-е изд., испр. и доп. — М.: Аспект Пресс, 2007. — 363 с.

20. *Кэмпбелл Д.* Модели экспериментов в социальной психологии и прикладных исследованиях. — М.: Прогресс, 2016. — 392 с.

21. *Лебон Г.* Психология народов и масс. — М.: AST, 2016. — 160 с.

22. *Леонтьев А.А.* Психология общения. — М.: Академия, 2008. — 365 с.

23. *Майерс Д.* Социальная психология. — СПб.: Питер, 2014. — 800 с.

24. *Парыгин Б.Д.* Социальная психология: Проблемы методологии, истории и теории. — СПб.: СПбГУП, 1999. — 592 с.

25. *Платонов К.К.* Структура и развитие личности / Под ред. А.Д. Глоточкина. — М.: Наука, 1986. — 256 с.

26. *Почебут Л.Г.* Социальные общности. Психология толпы, социума, этноса. — СПб.: Изд-во СПбУ, 2005. — 284 с.

27. *Почебут Л.Г.* Социальная психология: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. — СПб.: Питер, 2017. — 400 с.

28. *Почебут Л.Г., Чикер В.А.* Организационная социальная психология: Учебное пособие для академического бакалавриата. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 297 с.

29. *Свенцицкий А.Л.* Социальная психология: Учебник и практикум для СПО. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 408 с.

30. Социальная психология: Учебное пособие / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин. — М.: КНОРУС, 2016. — 332 с.

31. Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. — М.: Институт психологии РАН, 2004. — 176 с.
32. *Сухов А.Н.* Социальная психология. — М.: Академия, 2013. — 240 с.
33. *Тимофеев М.И.* Психология рекламы. — М.: РИОР, 2015. — 224 с.
34. *Титова Н.М.* Социальная психология. — М.: МПСИ, 2017. — 248 с.
35. *Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — Изд. 2-е, доп. — М.: Институт психотерапии, 2009. — 544 с.
36. *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. — СПб.: Питер, 2016. — 608 с.
37. *Шнейдер Л.Б.* Психология девиантного и аддиктивного поведения: Учеб. пособие для академического бакалавриата. — 2-е изд. — М.: Юрайт, 2018. — 141 с.

МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ (Т. ЛИРИ)¹

Цель: изучение преобладающего типа отношений личности к людям — в самооценке и взаимооценке.

Инструкция. Перед Вами опросник, содержащий различные характеристики. Следует внимательно прочесть каждую и подумать, соответствует ли она Вашему представлению о себе. Если «да», то обведите в регистрационном бланке цифру, соответствующую порядковому номеру перечисляемых далее характеристик. Если «нет», то не делайте никаких пометок на регистрационном бланке. Постарайтесь проявить максимальную внимательность и откровенность, чтобы избежать повторного обследования.

Бланк ответов

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII																					

Опросный лист

1. Умеет нравиться.
2. Производит впечатление на окружающих.
3. Умеет распоряжаться, приказывать.
4. Умеет настоять на своем.

¹Подробнее см.: Основы психологии: Практикум / Ред.-сост. Л. Д. Столяренко. — Изд. 7-е. — Ростов н/Д.: Феникс, 2006. — 704 с.

5. Обладает чувством достоинства.
6. Независимый.
7. Способен сам позаботиться о себе.
8. Может проявить безразличие.
9. Способен быть суровым.
10. Строгий, но справедливый.
11. Может быть искренним.
12. Критичен к другим.
13. Любит поплакаться.
14. Часто печален.
15. Способен проявлять недоверие.
16. Часто разочаровывается.
17. Способен быть критичным к себе.
18. Способен признать свою неправоту.
19. Охотно подчиняется.
20. Покладистый.
21. Благодарный.
22. Восхищающийся и склонный к подражанию.
23. Уважительный.
24. Ищущий одобрения.
25. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи.
26. Стремится ужиться с другими.
27. Доброжелательный.
28. Внимательный ласковый.
29. Деликатный.
30. Ободряющий.
31. Отзывчивый к призывам о помощи.
32. Бескорыстный.
33. Способен вызывать восхищение.
34. Пользуется у других уважением.
35. Обладает талантом руководителя.
36. Любит ответственность.
37. Уверен в себе.
38. Самоуверен и напорист.
39. Деловитый, практичный.
40. Соперничающий.
41. Стойкий и крутой, где надо.
42. Неумолимый, но беспристрастный.
43. Раздражительный.
44. Открытый и прямолинейный.

45. Не терпит, чтобы им командовали.
46. Скептичен.
47. На него трудно произвести впечатление.
48. Обидчивый, щепетильный.
49. Легко смущается.
50. Неуверенный в себе.
51. Уступчивый.
52. Скромный.
53. Часто прибегает к помощи других.
54. Очень почитает авторитеты.
55. Охотно принимает советы.
56. Доверчив и стремится радовать других.
57. Всегда любезен в общении.
58. Дорожит мнением окружающих.
59. Общительный и уживчивый.
60. Добросердечный.
61. Добрый, вселяющий уверенность.
62. Нежный.
63. Любит заботиться о других.
64. Щедрый.
65. Любит давать советы.
66. Производит впечатление значительности.
67. Начальственно-повелительный.
68. Властный.
69. Хвастливый.
70. Надменный и самодовольный.
71. Думает только о себе.
72. Хитрый.
73. Нетерпим к ошибкам других.
74. Расчетливый.
75. Откровенный.
76. Часто недружелюбен.
77. Озлоблен.
78. Жалобщик.
79. Ревнивый.
80. Долго помнит обиды.
81. Склонный к самобичеванию.
82. Застенчивый.
83. Безынициативный.
84. Кроткий.

85. Зависимый, несамостоятельный.
86. Любит подчиняться.
87. Предоставляет другим принимать решения.
88. Легко попадает впросак.
89. Легко поддается влиянию друзей.
90. Готов довериться любому.
91. Благорасположен ко всем без разбора.
92. Всем симпатизирует (неконфликтный).
93. Прощает все.
94. Переполнен чрезмерным сочувствием.
95. Великодушен и терпим к недостаткам.
96. Стремится помочь каждому.
97. Стремится к успеху.
98. Ожидает восхищения от каждого.
99. Распоряжается другими.
100. Деспотичный.
101. Относится к окружающим с чувством превосходства.
102. Тщеславный.
103. Эгоистичный.
104. Холодный, черствый.
105. Язвительный, насмешливый.
106. Злой, жестокий.
107. Часто гневлив.
108. Бесчувственный, равнодушный.
109. Злопамятный.
110. Проникнут духом противоречия.
111. Упрямый.
112. Недоверчивый и подозрительный.
113. Робкий.
114. Стыдливый.
115. Услужливый.
116. Мягкосердечный.
117. Почти никому не возражает.
118. Навязчивый.
119. Любит, чтобы его опекали.
120. Чрезмерно доверчив.
121. Стремится снискать расположение каждого.
122. Со всеми соглашается.
123. Всегда со всеми дружелюбен.
124. Ни в ком не замечает недостатков.

- 125. Слишком снисходителен к окружающим.
- 126. Стараются утешить каждого.
- 127. Заботится о других в ущерб себе.
- 128. Портит людей чрезмерной добротой.

Обработка и интерпретация результатов

Варианты взаимодействий

I. Властный — лидирующий. При умеренно выраженных баллах (до 8) проявляются уверенность в себе, умение быть хорошим советчиком, наставником и организатором, свойство руководителя. При высоких показателях характерны: нетерпимость к критике, переоценка собственных возможностей (до 12 баллов), дидактический стиль высказываний, императивная потребность командовать другими, черты деспотизма (выше 12 баллов).

II. Независимый — доминирующий. Выявляет стиль межличностных отношений от уверенного, независимого, соперничающего (при умеренных показателях, в пределах 8 баллов) до самодовольного, нарциссического, с выраженным чувством собственного превосходства над окружающими, с тенденцией иметь особое мнение, отличное от мнения большинства, и занимать обособленную позицию в группе (при высоких баллах, 12—16).

III. Прямолинейный — агрессивный. В зависимости от степени выраженности показателей этот октант проявляет искренность, непосредственность, прямолинейность, настойчивость в достижении цели (умеренные баллы) или чрезмерное упорство, недружелюбие, несдержанность и вспыльчивость (высокие баллы).

IV. Недоверчивый — скептический. Реалистичность базы суждений, поступков, скептицизм и неконформность (до 8 баллов) перерастают в крайне обидчивый и недоверчивый модус отношения к окружающим с выраженной склонностью к критицизму, недовольством окружающими и подозрительностью.

V. Покорный — застенчивый. Отражает такие особенности межличностных отношений, как скромность, застенчивость, склонность брать на себя чужие обязанности. При высоких баллах — полная покорность, повышенное чувство вины, самоуничижение.

VI. Зависимый — послушный. При умеренных баллах — потребность в помощи и доверии со стороны окружающих, в их при-

знании. При высоких показателях — сверхконформность, полная зависимость от мнения окружающих.

VII. Сотрудничающий — конвенциальный. Выявляет стиль межличностных отношений, свойственный лицам, стремящимся к тесному сотрудничеству с референтной группой, к дружелюбным отношениям с окружающими. Избыточность в проявлении данного стиля межличностного отношения проявляется компромиссным поведением, несдержанностью в изливаниях своего дружелюбия по отношению к окружающим, стремлением подчеркнуть свою причастность к интересам большинства.

VIII. Ответственный — великодушный. Проявляется выраженная готовность помогать окружающим, развито чувство ответственности. Высокие баллы выявляют мягкосердечность, сверхобязательность, гиперсоциальность установок, подчеркнутый альтруизм

Интерпретация по октантам

«1» от 4 до 8 баллов

«2» до 12 баллов

«3» от 13 до 16 баллов

I. Стремление давать советы

«1» способность наставника и организатора

«2» нетерпимость к критике

«3» догматизм и деспотичность

II. Уверенность, независимость

«1» склонность к соревновательности, соперничеству

«2» обособленность позиции в группе

«3» чувство превосходства, самодовольство

III. Искренность, непосредственность

«1» настойчивость в достижении цели

«2» чрезмерное упорство, недружелюбие

«3» несдержанность и вспыльчивость

IV. Реалистическая база суждений

«1» скептицизм и неконформность

«2» обидчивость и недоверчивость

«3» недовольство окружающими, подозрительность

V. Скромность, застенчивость

- «1» охотное выполнение чужих обязанностей**
- «2» повышенное чувство вины**
- «3» полная покорность**

VI. Потребность в доверии со стороны окружающих

- «1» потребность в помощи**
- «2» сверхконформность**
- «3» полная зависимость от мнения окружающих**

VII. Стремление к сотрудничеству с группой

- «1» дружелюбие**
- «2» компромиссное поведение**
- «3» несдержанность в излиянии своего дружелюбия**

VIII. Выраженная готовность помогать и сочувствовать другим

- «1» мягкосердечность, сверхобязательность**
- «2» гиперсоциальные установки**
- «3» альтруизм**

**МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ
(К. РОДЖЕРС, Р. ДАЙМОНД)²**

Цель: изучение основных показателей уровня адаптированности личности в социальной среде.

Инструкция. В тексте опросника содержатся высказывания о человеке, его образе жизни: переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотнести с нашим собственным мировосприятием и образом жизни.

Прочитав или прослушав очередное высказывание, определите, в какой мере это утверждение может быть отнесено к Вам. Для того чтобы обозначить Ваш ответ в бланке, выберите подходящий один из семи вариантов ответов:

- «0» — это ко мне совершенно не относится.
- «1» — сомневаюсь, что это можно отнести ко мне.
- «2» — это можно отнести ко мне крайне редко.
- «3» — иногда так у меня бывает, как и у других.
- «4» — это может быть похоже на меня.
- «5» — это относится ко мне довольно часто.
- «6» — это точно про меня.

Опросный лист

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.

² Подробнее см.: Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — Изд. 2-е, доп. — М.: Институт психотерапии, 2009. — 544 с.

8. Свои обещания выполняет всегда.
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать — иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе — оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему относятся, любят его.

34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.

35. Человек с привлекательной внешностью.

36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.

37. Приняв решение, всегда следует ему.

38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, но не может освободиться от влияния других людей.

39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя как будто не в чем.

40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.

41. Всем доволен.

42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.

43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.

44. Уравновешен, спокоен.

45. Разозлившись, нередко выходит из себя.

46. Часто чувствует себя обиженным.

47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.

48. Бывает, что сплетничает.

49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.

50. Довольно трудно быть самим собой.

51. На первом месте рассудок, а не чувство: прежде чем что-либо сделать, подумает.

52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен напридумывать лишнего. Словом, не от мира сего.

53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.

54. Старается не думать о своих проблемах.

55. Считает себя интересным человеком — привлекательным как личность, заметным.

56. Человек стеснительный, легко тушуетя.

57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.

58. В душе чувствует превосходство над другими.

59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.

60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, неравнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.
62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения.
63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.
64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Недостаточно ценит себя.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно стоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.
71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирает лиц противоположного пола, не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг не справлюсь, а вдруг не получится.
78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и меняется отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить его хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.

86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.

87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.

88. Человек толковый, любит размышлять.

89. Иной раз любит прихвастнуть.

90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.

91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.

92. Никогда не опаздывает.

93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.

94. Выделяется среди других.

95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.

96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.

97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.

98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; со всем может справиться.

99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.

100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.

101. Все свои привычки считает хорошими.

Обработка данных и интерпретация

Интегративные показатели	
«Адаптация» $A = \frac{a}{a + b} \times 100\%$	«Самовосприятие» $S = \frac{a}{a + b} \times 100\%$
«Приятие других» $L = \frac{1,2a}{1,2a + b} \times 100\%$	«Эмоциональная комфортность» $E = \frac{a}{a + b} \times 100\%$
«Интернальность» $I = \frac{a}{a + 1,4b} \times 100\%$	«Стремление к доминированию» $D = \frac{2a}{2a + b} \times 100\%$

Ключи

№		Показатели	Номера высказываний	Нормы
1	a	Адаптивность	4,5,9,12,15,19,22,23,26,27,29,33,35,37,41,44,47,51,53,55,61,63,67,72,74,75,78,80,88,91,94,96,97,98	(68—170) 68—136
	b	Деадаптивность	2,6,7,13,16,18,25,28,32,36,38,40,42,43,49,50,54,56,59,60,62,64,69,71,73,76,77,83,84,86,90,95,99,100	(68—170) 68—136
2	a	Лживость «-»	34,45,48,81,89	(18—45)
	b	«+»	8,82,92,101	18—36
3	a	Приятие себя	33,35,55,67,72,74,75,80,88,94,96	(22—52) 22—42
	b	Неприятие себя	7,59,62,65,90,95,99	(14—35) 14—28
4	a	Приятие других	9,14,22,26,53,97	(12—30) 12—24
	b	Неприятие других	2,10,21,28,40,60,76	(14—35) 14—28
5	a	Эмоциональный комфорт	23,29,30,41,44,47,78	(14—36) 14—28
	b	Эмоциональный дискомфорт	6,42,43,49,50,83,85	(14—35) 14—28
6	a	Внутренний контроль	4,5,11,12,19,27,37,51,63,68,79,91,98,13	(26—65) 26—52
	b	Внешний контроль	25,36,52,57,70,71,73,77	(18—45) 18—36
7	a	Доминирование	58,61,66	(6—15) 6—12
	b	Ведомость	16,32,38,69,84,87	(12—30) 12—24
8		Эскапизм (уход от проблем)	17,18,54,64,86	(10—25) 10—20

Зона неопределенности в интерпретации результатов по каждой шкале для подростков приводится в скобках, для взрослых — без скобок. Результаты «до» зоны неопределенности интерпретируются как чрезвычайно низкие, а «после» самого высокого показателя в зоне неопределенности — как высокие.

Интерпретация результатов (интегративные показатели)

Шкала 1. АДАПТАЦИЯ:

0—30% — низкий уровень адаптированности, снижение контактности, неуверенность в себе, заниженная самооценка. Трудности адаптации в какой-то новой социальной группе;

30—70% — норма адаптированности, адекватная самооценка, выбор широкого круга общения, наличие референтной группы;

70—100% — высокая адаптированность личности, самооценка адекватна либо несколько завышена, дистанция для общения расширяется, эффективное позитивное общение с представителями различных социальных статусов, гибкое поведение, андрогенный тип.

Шкала 2. САМОПРИЯТИЕ:

0—30% — низкий уровень самоприятия, вплоть до негативного отношения к себе, характерно наличие комплексов, повышенное чувство вины, неадекватная Я-концепция;

30—70% — нормальный средний уровень самоприятия; на сознательном уровне фиксируются свои достоинства и недостатки; адекватно оценивается отношение к своим внешнему и внутреннему образам Я;

70—100% — высокий уровень самоприятия, основное внимание фиксируется на своих положительных качествах, в системе ценностей преобладают личностные.

Шкала 3. ПРИЯТИЕ ДРУГИХ:

0—30% — низкий уровень эмпатии; многие незнакомые люди воспринимаются подозрительно и враждебно, завышен барьер проявления положительных эмоций и чувств по отношению к другим людям;

30—70% — норма, окружающие воспринимаются адекватно, отмечается терпимость к недостаткам других, лояльное отношение к другим;

70—100% — высокая степень способности к аттракции, принятие других систем ценностей и другого образа жизни, высокая эмпатия.

Шкала 4. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОМФОРТНОСТЬ:

0—30% — низкий уровень, подверженность негативным психическим состояниям;

30—70% — самочувствие в норме, психическое состояние в норме, т.е. нет негатива;

70—100% — повышенный жизненный тонус, оптимизм, высокая стрессоустойчивость, жизнерадостность.

Шкала 5. ИНТЕРНАЛЬНОСТЬ:

0—30% — преобладает внешний контроль, т.е. свое поведение, систему ценностей, образ жизни личность ставит в зависимость от внешних обстоятельств; в большинстве случаев зависит от норм и правил, установленных в данном социуме, от стереотипов поведения и восприятия;

30—70% — средний уровень локус-контроля, в зависимости от ситуации либо отдает предпочтение общественному мнению, ориентируется на общепринятые нормы, правила, традиции и стереотипы поведения, либо руководствуется собственными убеждениями, правилами и установками;

70—100% — доминирование личного мнения, самоуверенность, стремление во всем полагаться на себя и рассчитывать на свои силы, знания и способности.

Шкала 6. ДОМИНИРОВАНИЕ:

0—30% — исполнительность, возможно, уход от ответственности;

30—50% — предпочтение быть ведомым, а не ведущим в отношениях с другими;

50—70% — претензии на лидерство (формальное или неформальное);

70—100% — ярко выраженные лидерские черты, потребность руководить, подчинять себе других, ставить в психологическую зависимость от себя.

МЕТОДИКА ИЗУЧЕНИЯ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ³

Цель: исследование самооценки личности.

Инструкция. Составьте список из 15 качеств, отражающих разные стороны Вашей личности. Проранжируйте эти качества в субъектном и эталонном рядах, которые могут быть сопоставлены друг с другом. Ранжирование — по степени убывания выраженности качеств (в шкале субъективного образа Я) и по степени значимости этих качеств (в шкале идеального образа Я).

Сопоставление осуществляется по специальной формуле, с помощью которой выявляется так называемый коэффициент ранговой корреляции. Порядковые номера качеств личности в обоих рядах принимаются за их ранги. Разность номеров (рангов), определяющих место того или иного качества, в каждом случае дает возможность вычислить коэффициент корреляции (Р) по формуле К. Спирмена:

$$P = 1 - \frac{6 \times \sum (D^2)}{n \times (n^2 - 1)},$$

где n — число рассматриваемых свойств; D — разность номеров рангов; $\sum (D^2)$ — суммарный показатель шкалы V.

Образец бланка

ШКАЛА I Качества личности	ШКАЛА II Субъектив- ный образ Я	ШКАЛА III Идеальный образ Я	ШКАЛА IV D	ШКАЛА V D^2
1				
2				

³ Адаптированный вариант методики С.А. Будасси. Подробнее см.: Корчуганова И.П. Профессиональное развитие и поддержка педагогов, работающих с детьми группы риска: Методическое пособие. — СПб.: ЛОИРО, 2006. — 172 с.

Интерпретация результатов

Допустим, что у испытуемого эталонный и субъектный ряды совпали полностью (такое, кстати, почти никогда не встречается). Это означает, что личность в данном отношении полностью удовлетворена собой, своим моральным обликом, или своей волей, или своей внешностью, в зависимости от того, с какими понятиями работал испытуемый, — его собственный субъектный ряд для него образец, эталон. Мы можем сказать, что самооценка личности в этом случае равна +1. Если же у личности эталонный и субъектный ряды находятся во взаимно обратном отношении, они как бы «перевернуты» друг по отношению к другу. Из этого следует, что личность имеет «парадоксальную» самооценку с коэффициентом «-1» (такого практически не бывает, вообще самооценки со знаком «минус» — большая редкость). В диапазоне между «+1» и «-1» расположена шкала, которая показывает, как себя оценивает личность в данном отношении.

Значение этой суммарной оценки удовлетворения своими личными качествами очень велико. Слишком высокая (от +0,7; +0,8) и слишком низкая (до +0,2; +0,3) может стать внутренним источником конфликта личности. Разумеется, эта конфликтность будет проявляться по-разному. Чрезмерно высокая самооценка приводит к тому, что человек склонен переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода. Как результат, он нередко сталкивается со скептическим отношением референтной группы к его претензиям, озлобляется, проявляет подозрительность или нарочитое высокомерие и в конце концов может утратить необходимые межличностные контакты, замкнуться.

Чрезмерно низкая самооценка может свидетельствовать об устойчивой неуверенности в себе, отказе от инициативы, безразличии и тревожности. Однако для характеристики позиции личности недостаточно определить одну лишь самооценку. Важно знать, какова, по мнению данного человека, оценка, которую он заслужил в данной группе, которую, как он предполагает, ему могут дать товарищи (*ожидаемая оценка*). Она может быть выявлена с помощью экспериментальной процедуры, аналогичной уже известной. Для определения ожидаемой оценки используется, во-первых, уже полученный эталонный ряд, а во-вторых, специально составленный ряд качеств (с соблюдением уже известных правил) в том порядке, которые, как предполагает испытуемый, предложит-

ла бы референтная группа, если бы она получила задание охарактеризовать его с помощью исходного множества качеств.

Таким образом, в результате математической обработки полученных данных может быть определен коэффициент ожидаемой оценки. Он может быть и высоким, и средним, и низким, может больше приближаться к уровню самооценки или меньше и, наконец, может быть разным по отношению к различным референтным группам.

Замечено, что, являясь устойчивой по отношению к своему коллективу, ожидаемая оценка существенно изменяется, становится неустойчивой, колеблющейся, когда личность входит в новый коллектив, устанавливает новые коммуникации.

ТЕСТ «САМОУПРАВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ»⁴

Цель: изучение структурных характеристик самоуправления личности.

Инструкция. Если Вы согласны с данным утверждением, то отвечайте «да», а если не согласны, то отвечайте «нет». Ответ «да» обозначен знаком «+» (плюс), ответ «нет» — знаком «-» (минус).

Контрольная карточка (бланк для заполнения)

Ответы на вопросы						Баллы	Этапы
1	9	17	25	33	41		Анализ ситуации
2	10	18	26	34	42		Прогнозирование
3	11	19	27	35	43		Целеполагание
4	12	20	28	36	44		Планирование
5	13	21	29	37	45		Критерий оценки качества действий
6	14	22	30	38	46		Принятие решения
7	15	23	31	39	47		Самоконтроль
8	16	24	32	40	48		Коррекция

Опросный лист

1. Практика показывает, что я верно определяю свои возможности в любой деятельности.

2. Я предусмотрительный человек.

⁴ Методика разработана в лаборатории психологических проблем высшей школы Казанского университета под руководством Н.М. Пейсахова. Подробнее см.: Основы психологии: Практикум / Ред.-сост. Л.Д. Столяренко. — Изд. 7-е. — Ростов н/Д.: Феникс, 2006. — 704 с.

3. Берусь только за то, что смогу довести до конца.
4. Обычно хорошо представляю, что нужно сделать, чтобы добиться задуманного.
5. Постоянно пытаюсь найти ответ на вопрос «Что такое хорошо и что такое плохо?».
6. Прежде чем сделать окончательный шаг, я взвешиваю все «за» и «против».
7. Всегда отдаю себе отчет в том, что со мной происходит.
8. Непредвиденные препятствия не мешают мне довести дело до конца.
9. У меня не хватает терпения долго разбираться в том, что не решается сразу.
10. В своих поступках и делах не люблю заглядывать далеко вперед.
11. Редко задумываюсь о главных целях своей жизни.
12. Отсутствие продуманных планов не мешает мне добиваться хороших результатов.
13. Часто затрудняюсь сказать, того ли я достиг, чего хотел.
14. На выбор моих решений влияют не поставленные цели, а настроение в данный момент.
15. Мне часто кажется, что целый час или два исчезли неизвестно куда.
16. Тот, кто считает необходимым исправлять все допущенные промахи, не замечает, как совершает новые.
17. Трудности, сложные ситуации мобилизуют меня.
18. Я четко представляю свои жизненные перспективы.
19. Умею отказываться от всего, что отвлекает меня от цели.
20. В своих поступках и словах следую пословице: «Семь раз отмерь, один — отрежь».
21. Уделяю много времени анализу мотивации своих действий.
22. В своих действиях я успешно сочетаю риск с осмотрительностью.
23. Необходимость проверять самого себя стала моей второй натурой.
24. Когда у меня портятся отношения с людьми, могу их изменить.
25. Как правило, мне бывает трудно выделить главное в сложившейся ситуации.
26. Жизнь показывает, что мои прогнозы редко сбываются.

27. Люди, которые всегда четко знают, чего хотят, представляются мне слишком рациональными.

28. Удача сопутствует тому, кто не планирует заранее, а полагается на естественный ход событий.

29. Мне не хватает чувства меры в отношениях с близкими.

30. Меня угнетает необходимость принимать срочные решения.

31. Обычно мало слежу за своей речью.

32. Некоторые свои привычки я охотно бы изменил, если бы знал, как это сделать.

33. Что я хочу и что должен делать — вот предмет моих постоянных раздумий.

34. Заранее знаю, каких поступков можно ожидать от людей.

35. Обычно с самого начала четко представляю будущий результат.

36. Пока не сложился в голове четкий, конкретный план, не начинаю серьезного разговора.

37. У меня всегда есть точные ориентиры, по которым я оцениваю свой труд.

38. Я всегда учитываю последствия принимаемых мной решений.

39. Внимательно слежу за тем, понимают ли меня во время споров.

40. Я готов снова и снова совершенствовать уже законченную работу.

41. Сколько ни анализирую свои жизненные трудности, не могу достичь полной ясности.

42. Жизнь так сложна, что считаю пустой тратой времени предвосхищать ход событий.

43. Следование однажды поставленной цели очень обедняет жизнь.

44. Считаю, что планирую — не планирую, а обстоятельства всегда сильнее.

45. В последнее время ловлю себя на том, что придаю большое значение мелочам, забывая о главном.

46. Мне обычно не удается найти оптимальное решение из-за большого количества возможных вариантов.

47. В ссорах не замечаю, как выхожу из себя.

48. Сделав дело, не исправляю даже явные просчеты.

Интерпретация результатов

Самоуправление — целенаправленное изменение, и цель себе ставит человек, который сам управляет своими формами активности: общением, поведением, деятельностью и переживаниями. Самоуправление нужно отличать от саморегуляции. Самоуправление — процесс творческий, он связан с созданием нового, встречей с необычной ситуацией или противоречием, необходимостью постановки новых целей, поиском новых решений и средств достижения целей.

Саморегуляция — это тоже изменения, но совершаемые в рамках имеющихся правил, норм, стереотипов. Функция саморегуляции иная — закрепить то, что приобретено в процессе самоуправления. Таким образом, самоуправление и саморегуляция — не два разных процесса, а две стороны активности личности, диалектическое единство изменчивого и устойчивого в непрерывном развитии субъективного мира человека.

Можно выстроить целую иерархию самопроцессов, начиная ее с авторегуляции, т.е. произвольной саморегуляции в системе жизнеобеспечения организма животных и человека, затем надстроить более сложные процессы произвольной регуляции и психического самоуправления, а на самом высоком уровне поместить самоуправление в ходе совместной деятельности и общения, как самый сложный процесс психического управления и регуляции, в котором участвуют не менее двух человек — субъектов самоуправления и саморегуляции. На каждом из уровней появляются новые качества, которых не было на предыдущих, что и дает право говорить об их специфичности и относительной самостоятельности, а вместе с тем и об их целостности.

Рассмотрим полный цикл самоуправления более детально.

1. Анализ ситуации или ориентировка в ней — человек формирует субъективную модель ситуации, отвечая на вопросы, которые ставит сам себе: почему сейчас не получается так, как это было раньше? Что изменилось по сравнению с прошлым? Что происходит со мной? В чем причина моих неудач (во мне, в других, в сложившихся обстоятельствах)? Что происходит вокруг меня? Каково реальное положение вещей?

2. Прогнозирование — человек формирует модель-прогноз, которая основана на анализе прошлого и настоящего, на анализе противоречий между прошлым и настоящим. Прогноз — это попытка

заглянуть в будущее, предсказать ход событий или желаемые действия. Человек пытается получить ответы на вопросы: можно ли что-то изменить? Что может измениться, если я вмешаюсь и буду как-то действовать? Что будет, если я не вмешаюсь в ход событий?

3. Целеполагание — человек формирует субъективную модель желаемого или должного. В основе целеполагания лежит прогноз. Это переход от предположения о принципиальной возможности произвести изменения к предположению о вероятных результатах. Люди стремятся получить ответы на вопросы: какими должны быть результаты? В каком направлении нужно изменять себя, свое общение, поведение или деятельность? Что конкретно можно изменить, ситуацию или самого себя?

Целеполагание — это процесс создания системы целей, соотнесения их между собой и выбора предпочтительных. При выборе целей их сравнивают по длительности (стратегические цели рассчитаны на всю жизнь, на их основе выдвигают тактические цели, осуществление которых требует 5—7 лет, а они, в свою очередь, определяют оперативные цели, реализация которых требует дней, месяцев). С точки зрения субъективной привлекательности оцениваются вероятность достижения цели, усилия, необходимые для ее достижения.

4. Планирование — человек формирует модель средств достижения цели и последовательности их применения. В соответствии с целями планы могут быть стратегическими, тактическими, оперативными. Человек ищет ответы на вопросы: какие средства нужны для достижения цели? В какой последовательности их следует применять?

5. Критерии оценки качества — человек должен решить вопросы: какими должны быть показатели, позволяющие оценить успехи в реализации плана? Как оценить, что сделанное было необходимым? Как оценить, что мои поступки и действия достаточны? Систему оценок желательно заготовить до начала практических действий и поступков, а по ходу действия их лучше корректировать. При поспешной выработке критериев они могут оказаться недостаточно обоснованными или просто ошибочными, а это может привести к совершенно иным результатам, чем было первоначально задумано.

6. Принятие решения — это переход от плана к действиям, это самоприказ: начать действовать! Но для этого человеку предстоит ответить на совсем непростые вопросы: все ли я предусмотр-

рел? Есть ли у меня еще время? Начинать действовать или еще нужно подождать немного?

Человек стремится найти оптимальное решение, которое предполагает сочетание смелости и осмотрительности. Не стоит поступать «сломя голову», «лезть в воду, не зная броду», но и нельзя слишком оттягивать исполнение задуманного. Упущенное время может быть потеряно безвозвратно. Когда человек наконец решился на активные действия, то оказалось, что к этому моменту все изменилось настолько значительно, что любое, даже очень хорошо подготовленное, действие теряет всякий смысл.

7. Самоконтроль — сбор информации о том, как идет выполнение плана в реальном общении, поведении, деятельности. Человек отвечает себе на вопросы: как идет дело? Есть ли движение к цели? Нет ли ошибок в моих поступках?

8. Коррекция — изменения реальных действий, поведения, общения, переживаний, а также самой системы самоуправления. Человек ищет ответ на вопрос: как быть дальше? Ответ на этот вопрос зависит от результатов самоконтроля. Если всё идет как задумано, то человек может продолжать действовать так же, повторить еще и еще раз, чтобы убедиться в эффективности найденной системы самоуправления.

Фактически это переход к саморегуляции, закрепление того нового, что было найдено в процессе самоуправления. Если самоконтроль показывает, что имеется разрыв между желаемым и действительным, что есть ошибки в поведении и деятельности, то возникают новые вопросы: что нужно изменить в своих поступках и действиях? Когда нужно произвести изменения, немедленно или через некоторое время? Есть ли время на обдумывание? Что конкретно нужно пересмотреть в процессе самоуправления, чтобы получить желаемый результат?

После этого начинается новый цикл самоуправления, новый анализ ситуации, прогнозирование, целеполагание и т.д. Эти циклы повторяются до тех пор, пока не исчезнет потребность в совершенствовании отдельных звеньев, этапов процесса самоуправления, пока не произойдет переход к саморегуляции, т.е. к привычным поступкам и действиям, совершаемым на основе найденных целей, планов, критериев оценки качества.

Способность самоуправления оценивается по данной методике на основе обработки результатов анкеты.

Следует подсчитать количество ответов «да» и «нет» в первой строке (см. контрольную карточку), найти сумму; затем — количество ответов «да» и «нет» во второй строке, найти сумму и т.д.

Психодиагностическая шкала

Показатели	Уровни самоуправления				
	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
Мужчины	0—13	14—22	23—31	32—40	41
Женщины	0—11	12—21	22—30	31—39	40

Критерии оценок по каждому этапу:

Низкие — 0 — 2 балла.

Средние — 3 — 4 балла.

Высокие — 5 — 6 баллов.

**ТАКТИКИ ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ
В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ
(ТЕСТ К. ТОМАСА)⁵**

Цель: определение стилей поведения личности в ситуациях конфликта.

Инструкция. Вам даны 30 пар утверждений, характеризующих поведение человека. Выберите из каждой пары одно утверждение, которое Вам подходит больше всего. Например, из первой пары Вы выбрали утверждение «а», а из второй пары — «б», следовательно, напротив соответствующих разделов Вы запишете: 1а, 2б.

Обратите внимание, что утверждения повторяются, но каждый раз в новом сочетании. Делайте выбор из той пары утверждений, которая Вам предложена. Долго не думайте, старайтесь отвечать быстро.

Анкета

1. а) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

б) Чем обсуждать то, в чем мы расходимся с деловым партнером, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.

2. а) Я чаще стараюсь найти компромиссное решение.

б) Я пытаюсь решать спорные вопросы с учетом интересов другого и своих собственных.

3. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

б) Стремлюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.

4. а) Я стараюсь найти компромиссное решение.

б) Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого, значимого для меня человека.

5. а) Улаживая спорную ситуацию, я стараюсь найти поддержку у партнера.

б) Стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

⁵ Подробнее см.: Основы психологии: Практикум / Ред.-сост. Л.Д. Столяренко. — Изд. 7-е. — Ростов н/Д.: Феникс, 2006. — 704 с.

6. а) Я пытаюсь предупредить возникновение неприятной ситуации.

б) Чаще всего я стараюсь добиться своего.

7. а) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, чтобы со временем решить его окончательно.

б) Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы в основном добиться своего.

8. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

б) Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят затронутые интересы и спорные вопросы.

9. а) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

б) Я предпринимаю все усилия, чтобы добиться своего.

10. а) Я твердо стремлюсь достичь своего.

б) Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11. а) Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят затронутые интересы и спорные вопросы.

б) Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

12. а) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать конфронтацию.

б) Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

13. а) Я предлагаю нейтральный, средний вариант решения конфликта.

б) Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.

14. а) Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю его о его взглядах.

б) Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

15. а) Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

б) Я стремлюсь сделать все необходимое, чтобы избежать неприятностей.

16. а) Я стараюсь не задеть чувств другого.

б) Я пытаюсь убедить другого в преимуществах своей позиции.

17. а) Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.

б) Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

18. а) Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

б) Я даю возможность другому в чем-то настоять на своем мнении, если он также идет мне навстречу.

19. а) Первым делом я стараюсь ясно определить позиции: то, в чем состоят затронутые интересы и спорные вопросы.

б) Я стремлюсь отложить решение спорного вопроса, чтобы со временем решить его окончательно (найти выход).

20. а) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

б) Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.

21. а) Проводя переговоры, я стремлюсь быть внимательным к желаниям другого.

б) Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.

22. а) Я пытаюсь найти позицию, находящуюся посередине между моей позицией и точкой зрения партнера.

б) Я всегда отстаиваю свои интересы.

23. а) Как правило, я стремлюсь выйти из конфликтной ситуации с наименьшими потерями для нас обоих.

б) Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24. а) Если позиция другого кажется ему самому очень важной, я стараюсь пойти навстречу его желаниям.

б) Я стараюсь убедить другого в том, что надо достигнуть компромисса.

25. а) Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

б) Проводя переговоры, я стремлюсь ориентироваться на желания другого.

26. а) Если обсуждение проблемы зашло в тупик, обычно я предлагаю среднюю позицию.

б) Обычно я стремлюсь к тому, чтобы были учтены интересы каждого из нас.

27. а) Часто я стараюсь не занимать позицию, которая может вызвать споры.

б) Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

б) Улаживая ситуацию, я часто стремлюсь найти поддержку и понимание у другого.

29. а) Я предлагаю среднюю позицию.

б) Не всегда стоит придавать слишком большое значение возникающим в процессе спора разногласиям.

30. а) Я стараюсь не задеть чувства другого.

б) Я всегда занимаю такую позицию в споре (конфликтной ситуации), чтобы мы совместно с заинтересованным человеком могли добиться успеха.

- (П): 3а, 6б, 8а, 9б, 10а, 13б, 14б, 16б, 17а, 22б, 25а, 28а;
- (С): 2б, 5а, 8б, 11а, 14а, 19а, 20а, 21б, 23а, 26б, 28б, 30б;
- (К): 2а, 4а, 7б, 10б, 12б, 13а, 18б, 20б, 22а, 24б, 26а, 29а;
- (И): 1а, 5б, 6а, 7а, 9а, 12а, 15б, 17б, 19б, 23б, 27а, 29б;
- (У): 1б, 3б, 4б, 11б, 15а, 16а, 18а, 21а, 24а, 25б, 27б, 30а.

Интерпретация и обработка результатов

Данный тест позволяет оценить, какую коммуникативную тактику в конфликте Вы выбираете. Выделяются пять основных тактик:

- (П) противоборство (установка на борьбу и сопротивление);
- (С) сотрудничество (стремление к равному партнерству);
- (К) компромисс (желание найти третий вариант решения, удовлетворяющий обе стороны);
- (И) избегание (уход от конфликта);
- (У) уступка (стремление любой ценой не допустить возникновения осложнений в отношениях, даже ценой отказа от собственных интересов).

Подсчитайте, какие результаты имеются у Вас: суммируйте количество положительных ответов по каждой выделенной тактике. У Вас получится пять сумм, выражающих количество баллов относительно каждой коммуникативной тактики: эффективный руководитель по результатам данного теста обычно набирает по каждой тактике от 5 до 7 баллов. Следовательно, успешный менеджер владеет всеми тактиками общения в конфликтной ситуации.

Наиболее оптимальная стратегия:

$$C + K > P + I + U.$$

Прежде чем вступить в деловое общение с другим человеком, необходимо определить свои интересы, соотнести их с интересами партнёра, оценить его как личность, выбрать наиболее подходящую технику и приёмы межличностной коммуникации.

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	3
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ	4
ИТОГОВОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СО- ЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»	17
ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ	26
ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»	28
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕ- НИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	30
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	32
<i>Приложение 1.</i>	
МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТ- НОШЕНИЙ	35
<i>Приложение 2.</i>	
МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛО- ГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ	42
<i>Приложение 3.</i>	
МЕТОДИКА ИЗУЧЕНИЯ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ	50
<i>Приложение 4.</i>	
Тест «САМОУПРАВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ»	53
<i>Приложение 5.</i>	
ТАКТИКА ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ В КОНФЛИКТ- НЫХ СИТУАЦИЯХ	60