**ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЭКЗАМЕНУ**

**ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**ОП.02 ОБЩАЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

для студентов, обучающихся специальности 44.02.06 Профессиональное обучение (отрасль 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта)

**2023-2024 учебный год**

Преподаватель Лавренков С.В.

**Раздел 1 ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ**

***Теоретические вопросы:***

1. Психология как наука. Отрасли психологии.
2. Профессиональная психология.
3. Методы психологии.
4. Психика и ее физиологический субстрат.
5. Развитие психики в филогенезе
6. Структура психики человека.

***Практические задания:***

1. Напишите множество жизненных и профессиональных ситуаций, в которых возникает необходимость в психологических знаниях.
2. Напишите какие знания по психологии могут потребоваться в вашей будущей профессии.
3. Составьте таблицу этапов становления психологии как науки. Укажите особенности подхода к определению предмета психологии на каждом этапе.
4. Охарактеризуйте этапы развития психики у животных. Укажите, кем они выделены.
5. Каким образом деятельность человека, его активность отличаются от действий животных? Составьте таблицу этих различий.
6. Решите задачу: «Почему звуковую и другую сигнализацию животных нельзя отождествлять с речью человека? В чем их сходство и различие»?
7. Решите задачу: «В чём качественное различие интеллектуального поведения человека и животных»?

**Раздел 2 ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ**

***Теоретические вопросы:***

1. Обработка информации в психике (ощущения, восприятие, внимание).
2. Память и закономерности её функционирования.
3. Виды памяти.
4. Запоминание и забывание.
5. Нарушение памяти.
6. Развитие мышления. Допонятийное и понятийное мышление.
7. Виды мышления.
8. Индивидуальные особенности мышления.
9. Проблемное мышление и решение задач.
10. Способы активизации мышления.
11. Воображение.
12. Речь.
13. Интеллект и креативность.

***Практические задания***

1. При изучении рекомендованной литературы составьте словарь основных понятий темы и схематично отобразите отношения между ними: ощущение, адаптация, аккомодация, бинокулярное зрение, интероцептивные ощущения, кинестезические ощущения, порог ощущений (абсолютный), последовательный образ, интероцептивные, экстероцептивные, проприоцептивные ощущения, рецепторы, сенсибилизация, сенсорный, синестезия, чувствительность, экстероцептивные ощущения, закон Вебера-Фехнера;
2. Из предложенных слов выберите те, которые характеризуют природу ощущений человека: свойство мозга, чувственный образ, избирательное отражение, рефлекторность, материальность, объективность, вторичность, информативность, абстрактность, идеальность, деятельность, возбуждение, биотоки мозга, субъективность, первичность, отражение, раздражимость, познавательный процесс, предметность, живое созерцание, активность.
3. Опишите в терминах собственных ощущений: кошку, старушку, любимую мелодию. В качестве примера можно опираться на описание ощущений в лаборатории В. Вундта: «сначала я получил ощущение красного, и оно затмило все остальное, потом оно сменилось впечатлением круглого, одновременно с которым возникло легкое щекотание в языке, по-видимому, след вкусового ощущения. Появилось также быстро переходящее мускульное ощущение в правой руке…» и т.д.
4. Перечислите все виды ощущений. Соотнесите их с теми объективными свойствами, которые они представляют.
5. Приведите примеры жизненных ситуаций, предъявляющих повышенные требования к тем или иным органам чувств.
6. Какие виды профессиональной деятельности предъявляют повешенные требования к зрительным, слуховым, осязательным, обонятельным, вкусовым и двигательным ощущениям?
7. Приведите примеры, в которых проявляются основные свойства ощущений.
8. Подготовьте психологические рекомендации по практическому использованию свойств восприятия.
9. Опишите ситуации, при которых происходит актуализация свойств внимания: устойчивость, концентрация, распределение, переключение.
10. Подготовьте рекомендации о том, как не привлекать и привлечь внимание.
11. Разработайте психологические воздействия или ситуации, позволяющие актуализировать свойства внимания (устойчивость, концентрацию, распределение, переключение).
12. Напишите множество профессий, предъявляющих повышенные требования к каждому из свойств внимания.
13. Подготовьте психолого-педагогические рекомендации учителям и родителям по работе с детьми, у которых выявлены такие особенности внимания: низкая устойчивость; плохая переключаемость; плохое распределение; слабая концентрация.
14. Проиллюстрируйте примерами следующие явления: эффект Зейгарник, ретроактивное торможение, проактивное торможение, реминисценция, амнезия.
15. Спроектируйте психологические воздействия или жизненные ситуации, ориентированные на актуализацию следующих видов памяти: а) кратковременной, долговременной, оперативной; б) двигательной, эмоциональной, образной (зрительной, слуховой, вкусовой, обонятельной, осязательной), словесно-логической; в) произвольной и непроизвольной; г) натуральной и культурной; д) предметной и психологической.
16. Перечислите основные функции памяти и опишите конкретные ситуации, в которых актуализируется каждая из них.
17. Какие виды памяти наиболее важны представителям следующих профессий: учитель математики; врач-терапевт; кулинар; механик; учитель географии; артист театра; балерина; музыкант-исполнитель; парфюмер; водитель.
18. Используя закономерности работы памяти, подготовьте психологопедагогические рекомендации для эффективного запоминания учебного материала.
19. Индивидуальные различия памяти находят свое выражение, в частности, в том, что некоторые люди более продуктивно сохраняет образный материал, другие — словесный, а третьи в равной степени запоминают и тот, и другой. Определите в приведенном списке, где речь идет о наглядно-образном, словесно-логическом (абстрактном) и промежуточном типах памяти.
20. Представьте и опишите конкретные жизненные ситуации или учебные задания, требующие актуализации различных видов мышления: наглядно-действенного, образного, вербального, предметного, психологического, творческого, репродуктивного (по 3 примера на каждый вид мышления).
21. Разработайте учебные задания, позволяющие актуализировать у человека мыслительные операции (анализ, синтез, обобщение, конкретизация, классификация, сравнение). Каждая операция должна быть представлена двумя заданиями.
22. Соотнесите признаки языка и речи, их функции.
23. Приведите примеры, иллюстрирующие разные функции воображения: целеполагание, планирование создание предметов материальной и духовной культуры, психической саморегуляции, саморегуляции физиологических процессов, общения, межличностного понимания, усвоения учебных предметов.
24. Разработайте конкретные жизненные ситуации, учебные задания или психологические воздействия, позволяющие актуализировать различные виды воображения.
25. Опишите воображение людей с заданными чертами характера (честолюбие, трусость, тревожность, мстительность, сострадательность) в контексте соответствующих жизненных ситуаций.

**Раздел 3 СТРУКТУРА СОЗНАНИЯ**

***Теоретические вопросы:***

1. Сознание как высшая ступень развития психики. Самосознание.
2. Взаимодействие сознания и подсознания.
3. Эмоциональные процессы и управление эмоциями.
4. Теории эмоций.
5. Стресс и фрустрация.
6. Воля как характеристика сознания.

***Практические задания:***

1. Составьте словарь основных понятий темы и схематично отобразите отношения между ними. Понятия: эйфория, душевный подъем, отчуждение, убежденность, бодрость, усталость, апатия, активность, пассивность, ретикулярная формация, модуляторные нейроны, лимбическая система, модулирующие системы.
2. Назовите конфликтные эмоциональные состояния. Охарактеризуйте физиологический аффект. Дайте сопоставительный анализ признаков физиологического и патологического аффекта, назовите отличие аффекта от стресса.
3. Проведите самоанализ уровня усвоения следующих понятий: эмоции в широком смысле, эмоции в узком смысле, чувства, эмоциональный тон, настроение, стресс, страсть, аффект, экспрессия, импрессия, амбивалентность; воля, борьба мотивов, волевое усилие, произвольное действие, импульсивное действие.
4. Составьте схему классификации эмоциональных явлений по различным основаниям.
5. Вспомните недавно пережитые эмоции и выделите в них структурные компоненты. Опишите характерные особенности соответствующих эмоциогенных ситуаций.
6. Представьте конкретные жизненные и профессиональные ситуации и психологические воздействия, в контексте которых происходит актуализация эмоций.
7. На какие группы можно разделить перечисленные понятия? Аргументируйте основания своей классификации. Понятия: любопытство; стенические чувства; удивление; радостное открытие истины; привязанность; страх; любовь; интерес; воодушевление; враждебность; нега; ярость; сомнение; любознательность; обожание; догадка; очарование; уверенность; восхищение шедевром искусства; удовольствие; предчувствие; симпатия; неудовольствие; чувство таинственного; волнение; предвкушение; жалость; тревожность; увлеченность работой; сладострастие; депрессия; эмпатия; стыд; злость; ненависть; страдание; фрустрация.
8. Приведите примеры, иллюстрирующие функции воздействия эмоций на познавательные процессы, на организм, на внешний облик, на поведение и речь.
9. Разработайте жизненные и профессиональные ситуации и психологические воздействия, ориентированные на актуализацию основных видов и форм эмоций: интереса, удивления, радости, страдания, гнева, стыда, отвращения, презрения, вины и страха.
10. Представьте конкретные жизненные ситуации, в которых актуализируются основные чувства: нравственные; интеллектуальные; эстетические; религиозные; национальные.
11. Дайте описание душевного мира человека, имеющего определенное чувство, а также прогноз возможных действий и поступков в контексте соответствующих конкретных ситуаций.
12. Определите, что в приведенном списке может быть отнесено к произвольной саморегуляции, а что — к волевому поведению: сдерживание эмоций, управление запоминанием текста, аутогенная тренировка, постановка целей, самовнушение, изменение цели, преодоление внутренних препятствий, ритуальные действия перед экзаменом, образование квазипотребностей, смыслопорождение, самоконтроль, формирование аутоустановки, планирование возможностей достижения, борьба мотивов, принятие решения, выбор между двумя равнозначными возможностями, снятие внутреннего напряжения, самоубеждение, релаксация, рефлексия, внутренний диалог с самим собой, смысловое связывание, создание новых мотивов-стимулов, аутоагрессия, самоподкрепление, формирование длительного намерения, построение жизненной стратегии, волевое усилие.

**Раздел 4 ОБЩЕЕ И ИНДИВИДУАЛЬНОЕ В ПСИХИКЕ ЧЕЛОВЕКА. ТИПОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ**

***Теоретические вопросы:***

1. Индивидуальность и личность.
2. Общее и индивидуальное.
3. Традиционная классификация темпераментов.
4. Типология темперамента по типу ведущей высшей нервной деятельности.
5. Типология темперамента по направленности психики.
6. Конституционные типологии личности.
7. Типологический подход к личности.
8. Характер, акцентуации характера и неврозы.
9. Типология социальных характеров Э. Фромма.
10. Сенсорная типология.
11. Психогеометрическая типология.
12. Развитие типов личности по Э. Берну.
13. Типы людей и «локус контроля».
14. Мотивация и её индивидуально-психологические основы.

***Практические задания:***

1. Соотнесите понятия: человек, индивид, личность, субъект, индивидуальность.
2. Какие из следующих понятий характеризуют человека как личность, а какие как индивида? Целеустремленность, упрямство, вдумчивость, высокая эмоциональность, впечатлительность, приятный голос, общественная активность, вспыльчивость, критичность ума, рост, приятный голос, низкая адаптация к темноте, трудолюбие, хороший слух, убеждения, задатки, идеалы, возрастные особенности чувств, музыкальный слух, гуманность, честность, добросовестность, хорошая координация рук, упрямство, честность, малая чувствительность к общественной оценке, голубые глаза, хороший слух, идейная убежденность, внимательность, подвижность, честность, вера, страх, благородство, леность, стресс, меланхолия, авторитет, речь, темперамент, инстинкты, убеждения, знания, задатки, идеалы, возрастные особенности чувств, механическая память, мышление, язык, музыкальный слух, гуманность.
3. Прокомментируйте следующие определения личности. Какое из них кажется вам наиболее правильным? Поясните, как представленные определения превратить в более полные и точные. Под личностью понимается совокупность тех относительно устойчивых свойств и склонностей индивида, которые отличают его от других. Личность — это комбинация всех относительно устойчивых индивидуальных различий, поддающихся измерению. Личность — это индивидуально выраженное всеобщее. Личность — дееспособный член общества, сознающий свою роль в нем. Личность совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия. Личность — ядро, интегрирующее начало, связывающее воедино разные психические процессы индивида и сообщающее его поведению необходимую последовательность и устойчивость.
4. Прочитайте характеристику «Я-концепции», прокомментируйте, как, за счет чего происходит ее расширение или сужение. Как с этих позиций вы рассматриваете типичное осознание себя типичным современным человеком, свою «Я-концепцию»? Кто такой, на ваш взгляд, «человек Вселенной»?

**Раздел 5 ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

***Теоретические вопросы:***

1. Деятельность. Труд.
2. Типы профессий.
3. Теории профессионального развития и выбора профессиональных предпочтений.
4. Профессиональная пригодность, профориентация и профотбор.
5. Психологическое сопровождение профессионального самоопределения.
6. Психологические аспекты профессионального становления личности.
7. Профессионализм и компетентность.
8. Психологическое сопровождение профессионального развития и карьеры.
9. Трудовая мотивация.
10. Профессиональные кризисы.
11. Профессиональный стресс.
12. Профессиональные деформации личности и профессиональное выгорание.
13. Стили управления.

***Практические задания:***

1. Отберите прилагательные, относящиеся к понятиям «деятельность», «движение», «действие»: теоретический, импульсивный, познавательный, трудовой, практический, умственный, перцептивный, идеомоторный, внутренний, учебный, предметный, речевой, врожденный, условно-рефлекторный, волевой, реальный, игровой, общественный, целенаправленный.
2. Выберите из приведенных признаков те, которые характеризуют: а) поведение животных, б) человеческую деятельность, в) только игру, г) только учение, д) только труд. Условие развитие психики; упражняемость; деятельность, направленная на усвоение способов выполнения действий; автоматизированность; целенаправленность; мотивированность; условие проявления всех психических реакций; наличие проб и ошибок; направленность на получение результата, удовлетворяющего материальные и духовные потребности людей; наличие притязаний; направленность на усвоение и применение системы понятий; повторяемость; деятельность, удовлетворяющаяся самим процессом выполнения.
3. Распишите с точки зрения структуры следующие формы деятельности: шитье, письмо, игра в прятки, езда на велосипеде, обучение психологии, изобретение колеса.
4. Прокомментируйте следующие суждения. Выберите наиболее правильные суждения, выбор аргументируйте: а) личность формируется в деятельности; б) всякая деятельность человека детерминируется, как правило, внутренними стимулами; в) деятельность обусловлена только сознанием человека; г) мотивами деятельности могут быть потребности, установки, мысли, чувства, идеалы; д) деятельность является решающим фактором формирования и развития активности личности; е) деятельность — исторически отработанная система воспроизводства предметного мира, природы человека и человеческих отношений;
5. Раскройте содержание основных свойств мотивационной сферы человекаиерархичность и динамичность.
6. Разработайте психологические рекомендации для работы с людьми (с учетом специфики будущей профессиональной деятельности) такими типами ведущей мотивации, как: власть, слава, познание, альтруизм, гедонизм, спорт, коммуникация.
7. Подберите ситуации, которые способствуют возникновению различных человеческих потребностей.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

**Основные:**

1. Общая и профессиональная психология: учеб. пособие / Л.Д. Столяренко и [др.]; отв. Ред. С.И. Самыгин. – Ростов н/Д: Феникс, 2023. – 300 с.: ил. – (Среднее профессиональное образование).
2. Обухов А.С. Психология. Учебник и практикум для СПО. – М.: Юрайт, 2023. – 404 с.
3. Рамендик Д.М. Общая психология и психологический практикум. – М.: Юрайт, 2023. – 303 с.
4. Психологические тесты (тома 1, 2) /Под ред. А.А. Карелина. – М.: «Владос», 2018.
5. Психология и педагогика. Учебное пособие / Под ред. В.И. Жукова, Л.Г. Лаптева и др. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2019.
6. Педагогическая психология: Учебник / Под ред. Н.В. Клюевой. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2018.

**Дополнительные:**

1. Кузнецова Л.В. Основы социальной психологи. – М.: ОИЦ «Академия», 2017.
2. Шапарь В.Б. Словарь практического психолога. - М., 2018.
3. Айсмонтас, Б.Б. Общая психология: схемы / Б.Б. Айсмонтас. - М.: Владос-Пресс, 2002. - 288 с.
4. Айсмонтас, Б.Б. Общая психология: тесты/ Б.Б. Айсмонтас. - М.: Владос-Пресс, 2003. - 192 с.