



ПУ Колледж имени Михаила

Чакира, Комрат

Кафедра психологии, педагогики и частных методик

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ  
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ  
ПСИХОЛОГИЯ  
ЛИЧНОСТИ**



*Автор  
Главчева Алёна*

**Утверждено:**

Заседание кафедры: Протокол № 1 от 28.08.2025

Научно - методический совет: Протокол №2 от 04.09.2025

**Автор:**

Алёна Главчева

магистр педагогических наук

преподаватель психологии

1 дидактическая степень

ПУ Колледж имени Михаила Чакира, Комрат

**Рецензент:**

Елена Боаги

преподаватель психологии

высшая дидактическая степень

ПУ Колледж Алексея Матеевича, Кишинев

## Содержание

<b>Введение</b> .....	3
<i>Внимание</i> .....	4
<i>Аффективные (эмоциональные) процессы в структуре личности</i> .....	6
<i>Воля как психический процесс личности</i> .....	9
<i>Деятельность человека: структура, типы и роль в развитии личности</i> .....	12
<i>Личность: понятие, качества и развитие</i> .....	14
<i>Темперамент: понятие, типы и свойства</i> .....	17
<i>Характер</i> .....	20
<i>Способности и задатки</i> .....	23
<i>Мотивация</i> .....	25
<i>Креативность (творчество)</i> .....	28
<i>Межличностные отношения</i> .....	30
<i>Конфликты и их разрешение. Создание благоприятного климата в группе</i> .....	32
<b>ТЕСТЫ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ</b> .....	35
<b>Библиография</b> .....	51

## ВВЕДЕНИЕ

Методическое пособие «Психология личности» предназначено для учащихся педагогических и психолого-педагогических специальностей и направлено на формирование целостного понимания психических процессов, структурных компонентов и закономерностей развития личности человека. Психология личности — это раздел психологии, изучающий индивидуальные особенности человека, его темперамент, характер, способности, мотивацию, творчество, а также социальные взаимодействия и межличностные отношения.

Цель пособия — предоставить учащимся систематизированный теоретический материал и практические задания, которые помогут:

- понять ключевые компоненты личности и их развитие;
- освоить методы анализа психических процессов и проявлений личности;
- применять психологические знания в образовательной и воспитательной деятельности;
- развивать умения самостоятельного анализа, наблюдения и оценки психических процессов.

Пособие построено с учетом принципов современного педагогического подхода: каждый раздел включает теоретический материал, схемы, практические упражнения, задания для работы в группах и парах, а также вопросы для самопроверки и домашние задания. Такая структура позволяет учащимся не только усвоить основные концепции психологии личности, но и применить их в практической деятельности, развивать критическое мышление и навыки самоанализа.

Особое внимание уделено таким аспектам, как формирование самосознания, мотивации, творческих способностей, эмоциональной сферы, а также взаимодействие с окружающими людьми. Теоретический материал сопровождается примерами и практическими рекомендациями, что делает пособие удобным для самостоятельного изучения и использования в учебных занятиях.

Таким образом, данное пособие призвано стать надежным инструментом для учащихся, стремящихся глубже понять психологические закономерности развития личности и освоить практические навыки, необходимые в педагогической и психологической деятельности.

## Тема: Внимание

### План:

1. Понятие внимания
2. Функции внимания
3. Качества внимания
4. Виды внимания



Сформировать у учащихся целостное представление о внимании как психическом процессе, его функциях, качествах и видах, а также показать роль внимания в учебной деятельности и повседневной жизни личности.

### **1. Понятие внимания**

Внимание — это психический процесс, обеспечивающий выбор и сосредоточение психических ресурсов на определённых объектах, явлениях или действиях. Внимание позволяет человеку фокусироваться на важном, игнорировать второстепенное и эффективно перерабатывать информацию.

### **2. Функции внимания**

1. Выбор информации — определяет, на что обратить внимание среди множества стимулов.
2. Сосредоточение психических ресурсов — помогает эффективно выполнять задачи.
3. Регуляция поведения — способствует контролю действий и предотвращению ошибок.
4. Формирование опыта — улучшает запоминание и восприятие.

### **3. Качества внимания**

1. Устойчивость — способность долго сохранять концентрацию на одном объекте.  
*Пример:* чтение книги или решение задачи в течение часа.

2. Концентрация — сила сосредоточения на одном объекте или задаче.

*Пример:* выполнение сложной контрольной работы без отвлечений.

3. Распределение — умение распределять внимание между несколькими объектами или действиями одновременно.

*Пример:* вести диалог, одновременно выполняя практическое задание.

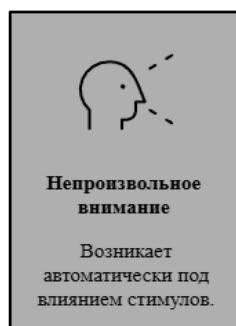
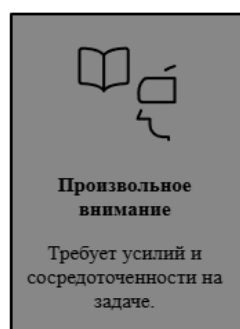
4. Объем — количество объектов или информации, которые можно одновременно удерживать в фокусе внимания.

*Пример:* одновременное наблюдение за игрой на поле и счётчиком времени.

5. Переключение — способность быстро переключаться с одного объекта на другой.

*Пример:* отвечать на вопрос учителя, затем быстро вернуться к решению задачи.

### **4. Виды внимания**



Развитие и применение **послепроизвольного внимания** имеет большое значение, поскольку оно позволяет человеку **сохранять сосредоточенность и продуктивность даже в условиях усталости, однообразной работы или при недостаточном внутреннем интересе к задаче.** В отличие от произвольного внимания, которое требует усилий воли, послепроизвольное формируется постепенно и автоматически, когда человек увлекается делом или активно использует навыки концентрации. Это особенно важно в учебе, профессиональной деятельности и творческих задачах: оно способствует **глубокому усвоению материала, эффективному выполнению работы и снижению ошибок**, а также повышает устойчивость к отвлекающим факторам и стрессовым ситуациям.

Внимание является ключевым психическим процессом, обеспечивающим сосредоточение, выбор и эффективное использование психических ресурсов. Развитие внимания способствует улучшению памяти, мышления, учебной и профессиональной деятельности, а также формирует навыки самоконтроля и планирования



#### **Практические задания:**

1. Какие ситуации мешают вашей концентрации?
2. Какие виды внимания вы чаще используете: произвольное, непроизвольное или послепроизвольное?
3. Предложите методы и упражнения для развития разных качеств внимания.

#### **Домашнее задание:**

1. **Подберите и опишите 3–5 упражнений** для развития внимания (по одному на разные качества: устойчивость, концентрация, переключаемость, распределение).

## Тема: Аффективные (эмоциональные) процессы в структуре личности

### План:

1. Понятие аффективных процессов
2. Характеристика аффективных процессов
3. Формы аффективных процессов
4. Эмоциональная саморегуляция личности



Сформировать у учащихся представление об аффективной сфере личности, раскрыть сущность и особенности эмоциональных процессов, их формы и роль в регуляции поведения и деятельности человека, а также показать значение эмоциональной саморегуляции в личностном развитии.

### 1. Понятие аффективных процессов.

Аффективная сфера личности занимает важное место в психическом развитии человека. Через эмоции и чувства человек отражает окружающий мир не только на уровне знаний, но и на уровне личностного отношения. Процессы аффективной сферы определяют, как человек переживает события, как реагирует на успехи и неудачи, как строит отношения с другими людьми и как регулирует своё поведение.

**Аффективность** — это совокупность психических процессов и состояний, связанных с переживанием человеком своего отношения к окружающей действительности, к другим людям и к самому себе. Она проявляется в эмоциях, чувствах, настроениях и аффектах. Аффективность тесно связана с потребностями и мотивами личности. Человек испытывает положительные эмоции, когда его потребности удовлетворяются, и отрицательные — когда возникает препятствие или фрустрация. Таким образом, аффективная сфера выполняет сигнальную функцию, указывая на значимость происходящих событий для личности.

В структуре личности аффективность выполняет несколько важных ролей:

- регулирует поведение и деятельность;
- влияет на принятие решений;
- способствует формированию самооценки и самосознания;
- определяет характер межличностных отношений.

Аффективность не существует изолированно: она взаимодействует с познавательными процессами (вниманием, мышлением, памятью) и волевой сферой личности.

- ### 2. Процессы аффективной сферы
- это психические процессы, в которых отражается субъективное переживание человеком значимости явлений и событий.

Основные характеристики процессов аффективности:

- 1) **Субъективность.** Одно и то же событие может вызывать разные эмоции у разных людей. Это связано с индивидуальным опытом, установками, ценностями и личностными особенностями.

- 2) **Оценочный характер.** Эмоции всегда содержат оценку: «приятно — неприятно», «хорошо — плохо», «полезно — вредно».
- 3) **Связь с потребностями и мотивами.** Эмоциональные реакции отражают степень удовлетворения потребностей личности.
- 4) **Динамичность и изменчивость.** Эмоции могут быстро сменять друг друга, усиливаться или ослабевать в зависимости от ситуации.

Процессы аффективной сферы оказывают существенное влияние на поведение. Сильные эмоции могут как повышать активность личности, так и временно нарушать самоконтроль.

3. **Формы аффективных процессов.** В психологии выделяют несколько основных форм процессов аффективной сферы.

**Эмоции** — это кратковременные переживания, возникающие в ответ на конкретные ситуации. Они могут быть положительными (радость, интерес) и отрицательными (страх, гнев, грусть).

Эмоции выполняют важные функции:

- сигнальную;
- регулятивную;
- коммуникативную.

**Чувства** — это более устойчивые и глубокие эмоциональные образования, связанные с объектами, людьми и социальными ценностями (любовь, дружба, чувство долга).

В отличие от эмоций, чувства формируются постепенно и сохраняются длительное время.

**Аффект** — это сильная, кратковременная эмоциональная вспышка, сопровождающаяся снижением контроля над поведением (взрыв гнева, сильный испуг).

**Настроение** — это относительно длительное эмоциональное состояние, не всегда осознаваемое человеком, но влияющее на его деятельность и общение.

4. **Эмоциональная саморегуляция** — это способность личности осознавать, контролировать и направлять свои эмоциональные состояния и реакции.

Развитие навыков эмоциональной саморегуляции является важным условием психологического благополучия личности. Она помогает:

- справляться со стрессовыми ситуациями;
- поддерживать эмоциональное равновесие;
- строить конструктивные отношения с окружающими.

Основные способы эмоциональной саморегуляции:

- осознание и называние эмоций;
- переключение внимания;
- дыхательные и телесные техники;
- использование волевых усилий;
- рациональное осмысление ситуации.

Особую роль в формировании эмоциональной саморегуляции играет социальная среда: поддержка взрослых, педагогов и значимых людей способствует развитию эмоциональной компетентности личности.

Таким образом, процессы аффективной сферы являются неотъемлемой частью

структуры личности. Они отражают субъективное отношение человека к миру, регулируют его поведение и оказывают влияние на развитие самосознания, мотивации и межличностных отношений. Понимание особенностей аффективной сферы важно для будущих педагогов, поскольку позволяет выстраивать эффективное и эмоционально благоприятное взаимодействие с учащимися.



#### **Практические задания:**

1. **Сравнительная характеристика эмоций и чувств.**
2. **Упражнение** «Польза и вред эмоций и чувств в жизни человека»
3. **Работа в группах (3–4 человека)** - «Формы аффективных процессов»

Каждая группа характеризует одну форму (эмоции, чувства, аффект, настроение): определение, основные признаки, пример, влияние на поведение. Краткое устное представление.

4. **Частично-поисковое задание** - «Эмоциональная саморегуляция»

Предложите 2–3 способа управления эмоциями. Обсудите их значение для будущей педагогической деятельности.

#### **Домашнее задание:**

1. **Составить памятку** «Как помочь ребенку справиться с эмоциями» (5–7 рекомендаций).
2. **Составить памятку** «Топ 10 техник эмоциональной саморегуляции».

## Тема: Воля как психический процесс личности

### План:

1. Понятие воли
2. Характеристика волевого акта
3. Качества воли
4. Волевое саморегулирование и развитие воли



Сформировать у учащихся представление о воле как психическом процессе личности, раскрыть сущность волевого акта, основные волевые качества и механизмы волевого саморегулирования, а также показать значение развития воли для учебной, профессиональной и личностной деятельности

### 1. Понятие воли

**Воля** — это психический процесс, обеспечивающий сознательную регуляцию поведения и деятельности человека, направленную на достижение поставленных целей и преодоление внутренних и внешних трудностей. Воля проявляется в умении человека управлять своими действиями, эмоциями и побуждениями, подчиняя их осознанной цели.

Волевые процессы особенно важны в ситуациях, когда необходимо:

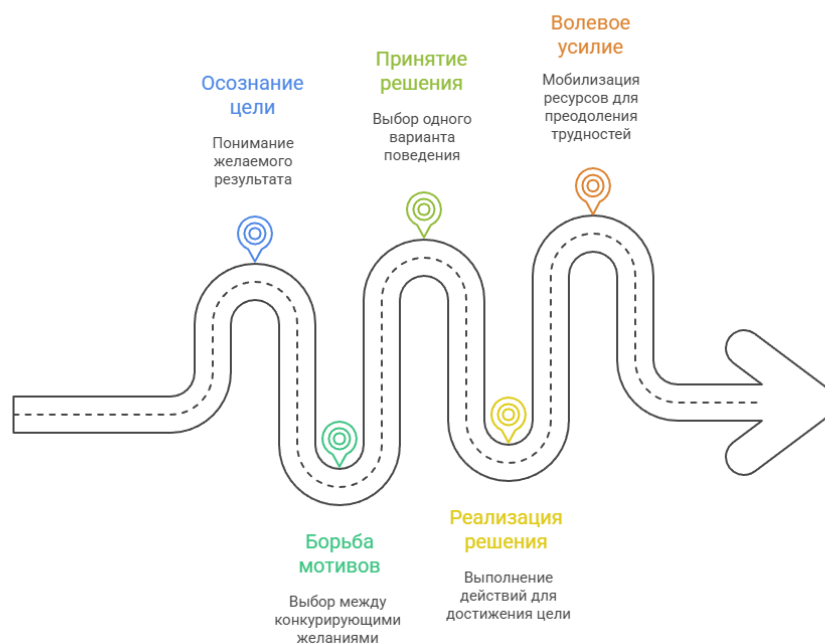
- сделать выбор между несколькими возможными вариантами поведения;
- отказаться от немедленного удовлетворения потребностей;
- преодолеть усталость, страх, лень или сомнения;
- довести начатое дело до конца.

Воля тесно связана с другими психическими процессами: мышлением (осмысление цели и способов её достижения), эмоциями (переживание трудностей и успехов), мотивацией (побуждение к действию). Формирование воли начинается в детстве и продолжается на протяжении всей жизни человека.

### 2. Характеристика волевого акта

**Волевой акт** — это осознанное действие, направленное на достижение цели и требующее усилия. Он включает несколько последовательных этапов:

### Шаги к достижению цели



Основной особенностью волевого акта является наличие препятствий, которые могут быть:

- внешними (нехватка времени, сложные условия);
- внутренними (неуверенность, усталость, эмоциональные переживания).

Именно способность преодолевать такие препятствия отличает волевое поведение от импульсивных или автоматических действий.

### 3. Качества воли

**Волевые качества личности** — это устойчивые психологические свойства, определяющие характер волевого поведения человека. К основным волевым качествам относятся:

- *Целеустремлённость* — умение ставить цели и последовательно стремиться к их достижению.
- *Настойчивость* — способность продолжать деятельность несмотря на трудности и неудачи.
- *Выдержка и самообладание* — умение контролировать эмоции и импульсивные реакции.
- *Решительность* — способность быстро и обоснованно принимать решения.
- *Самостоятельность* — умение действовать без постоянной поддержки со стороны.
- *Дисциплинированность* — подчинение поведения установленным правилам и требованиям.

Развитие волевых качеств является важной задачей воспитания и самовоспитания, особенно в педагогической деятельности, где требуется высокая степень ответственности и самоконтроля.

### 4. Волевое саморегулирование и развитие воли

**Волевое саморегулирование** — это способность человека сознательно управлять своим поведением, психическими состояниями и действиями в соответствии с

поставленными целями и социальными нормами.

К основным способам волевой саморегуляции относятся:

- постановка чётких и достижимых целей;
- планирование деятельности;
- самоконтроль и самооценка результатов;
- умение мобилизовать усилия в сложных ситуациях.

Развитие воли происходит постепенно и зависит от:

- условий воспитания;
- требований учебной и профессиональной деятельности;
- личного опыта преодоления трудностей;
- поддержки и примера значимых взрослых.

Для формирования воли у учащихся важно:

- создавать ситуации выбора и ответственности;
- поощрять доведение дела до конца;
- развивать навыки самоконтроля и планирования;
- формировать позитивную мотивацию к учебной деятельности.

Таким образом, воля является важнейшим компонентом личности, обеспечивающим активность, самостоятельность и способность человека к самореализации.



### **Практические задания:**

#### **1. Упражнение** «Где проявляется воля?»

Учащимся предлагается привести 2–3 примера из личного опыта или наблюдений, где потребовалось волевое усилие (учёба, повседневная жизнь, профессиональная деятельность).

После выполнения — краткое обсуждение в группе.

#### **2. Работа в парах** «Структура волевого акта»

На основе предложенной ситуации (подготовка к экзамену, выполнение сложного задания, участие в конкурсе) определить и записать этапы волевого акта.

#### **3. Работа в группах** «Волевые качества личности»

Группам предлагается:

- определить 3–4 ключевых волевых качества;
- привести примеры их проявления в деятельности педагога;
- обозначить возможные последствия недостаточной развитости этих качеств.

### **Домашнее задание:**

#### **1. «Как развивать волю?»**

Сформулировать практические рекомендации по развитию воли у детей дошкольного или младшего школьного возраста, опираясь на изученный теоретический материал.

#### **2. Описать ситуацию, в которой пришлось проявить волю.** Ответить письменно:

1. Какая цель была поставлена?
2. С какими трудностями вы столкнулись?
3. Какие волевые качества проявились?
4. Каков был результат?

## Тема: Деятельность человека: структура, типы и роль в развитии личности

### План:

1. Определение и структура деятельности
2. Типы человеческой деятельности
3. Роль деятельности в интеллектуальном развитии



Сформировать у учащихся представление о психологической структуре человеческой деятельности, её типах и значении для интеллектуального и личностного развития; развивать умение анализировать и применять знания о деятельности в педагогической практике.

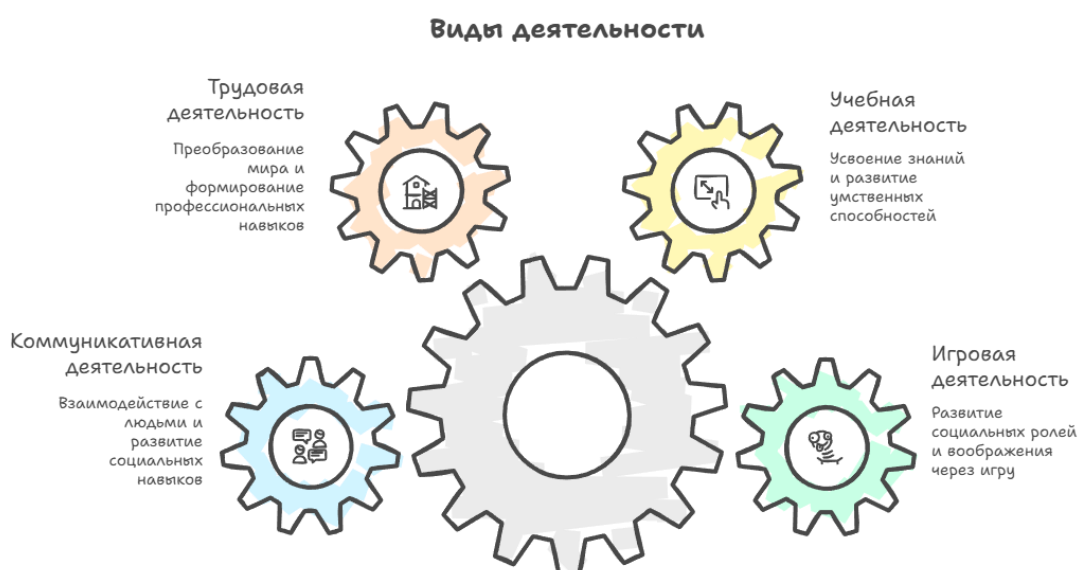
Человеческая деятельность — это основное средство преобразования окружающего мира и собственного внутреннего «Я». Она отражает потребности, мотивы и цели личности и выступает ключевым фактором развития психики. Деятельность не только удовлетворяет потребности, но и формирует способности, навыки, ценности и интеллектуальные качества человека.

### 1. Определение и структура деятельности

**Деятельность человека** — целенаправленная активность, организованная на достижение определённых результатов, преобразующая окружающий мир и самого человека.

Таким образом, деятельность — это не просто действие, а целостная структура с взаимосвязанными элементами.

### 3. Типы человеческой деятельности



Каждый тип деятельности развивает определённые психические функции, когнитивные и личностные качества.

### 3. Роль деятельности в интеллектуальном развитии

Деятельность формирует умственные процессы: внимание, память, мышление, воображение.

- **Учебная деятельность** развивает логическое мышление, способность к анализу и синтезу информации.
- **Игровая деятельность** формирует воображение, творческие способности, гибкость мышления.
- **Трудовая деятельность** способствует развитию планирования, целеполагания и самоконтроля.
- **Коммуникативная деятельность** развивает социальный интеллект, умение договариваться и работать в коллективе.

Таким образом, деятельность — это не только средство реализации потребностей, но и механизм формирования личности, интеллектуального и эмоционального потенциала человека.

Понимание структуры, типов и значения деятельности позволяет учащимся осознанно использовать активность в педагогической практике. Знание о видах деятельности помогает проектировать учебные и развивающие задания для разных возрастных групп, а также формировать навыки саморегуляции и личностного развития у детей.



#### Практические задания:

##### 1. Работа в парах «Анализ деятельности»

Учащиеся выбирают одну ситуацию из жизни (например, подготовка к празднику, выполнение проекта, игра с детьми) и определяют:

- мотив, цель, средства и результат;
- тип деятельности (игровая, учебная, трудовая, коммуникативная).

##### 2. Групповая работа «Развитие интеллекта через деятельность»

Группы получают разные типы деятельности (игровую, учебную, трудовую, коммуникативную) и обсуждают:

- какие психические функции развиваются при этом;
- примеры педагогических приёмов, которые можно использовать для развития этих функций у детей.

#### Домашнее задание:

1. **Придумать 3-5 способов**, как в рамках своей будущей педагогической практики развивать мышление, память или воображение через любую из перечисленных видов деятельности.
2. **Создать сценарий** фрагмента развивающего занятия/урока для детей с использованием игрового или трудового типа деятельности, укажите цель, последовательность действий и ожидаемый результат.

## Тема: Личность: понятие, качества и развитие

### План:

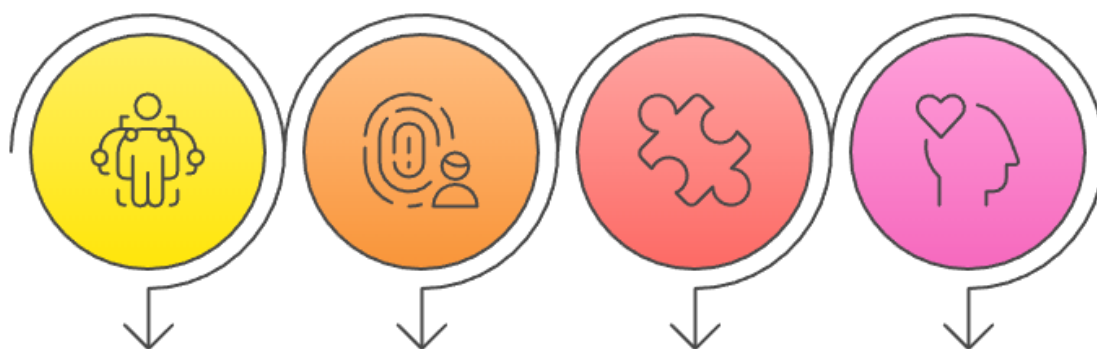
1. Понятия «человек», «индивид», «индивидуальность», «личность».
2. Качества личности современного человека.
3. Формирование и развитие личности.
4. Стадии развития личности (нормальное и ненормальное развитие).



Сформировать у учащихся понимание понятия «личность», её отличий от человека, индивида и индивидуальности; познакомить с качествами современной личности и этапами формирования личности; развить умение анализировать процессы личностного развития у разных людей и применять знания в педагогической практике.

Личность — это уникальное сочетание психических, эмоциональных, когнитивных и социальных качеств человека, проявляющееся в его поведении, деятельности и отношениях с окружающими. Изучение личности важно для понимания, как формируется индивидуальность и какие факторы способствуют развитию зрелой, социально адаптированной и творческой личности.

### 1. Понятия «человек», «индивид», «индивидуальность», «личность»



#### Человек

Биологический вид *Homo sapiens* с врождёнными физиологическими особенностями и биологическим развитием.

#### Индивид

Отдельный представитель человеческого вида, обладающий физиологической и психической целостностью.

#### Индивидуальность

Уникальные особенности человека, проявляющиеся в поведении, темпераменте, способностях, стиле мышления.

#### Личность

Социально обусловленный, целостный субъект деятельности, обладающий самосознанием, волей, ценностями и способностью к саморазвитию.

Таким образом, личность — это более сложный уровень развития индивида и индивидуальности, отражающий его социальную, моральную и культурную зрелость.

### 2. Качества личности современного человека

Современная личность характеризуется сочетанием когнитивных, эмоциональных и социальных качеств:

- **Самосознание и самооценка** — способность критически оценивать свои

действия и достигать целей.

- **Социальная адаптивность** — умение взаимодействовать с людьми, сотрудничать и находить компромиссы.
- **Мотивационная сфера** — стремление к самореализации, профессиональному и личностному росту.
- **Эмоциональная зрелость** — способность контролировать эмоции, выражать их адекватно ситуации, проявлять эмпатию.
- **Творческая активность** — способность генерировать новые идеи и решать нестандартные задачи.

Эти качества формируются под воздействием семьи, педагогической среды, культурных норм, образования и жизненного опыта.

### 3. Формирование и развитие личности

Личность формируется на основе взаимодействия врождённых свойств и внешней среды:

- **Мотивы и потребности** — определяют направление деятельности и поведение.
- **Социальная среда** — родители, сверстники, образовательные учреждения формируют социальные навыки и ценности.
- **Образование и практика** — систематическая учебная и практическая деятельность развивает умственные и профессиональные качества.
- **Личностный опыт** — успехи и неудачи, ошибки и достижения помогают формировать самооценку и самоконтроль.

Формирование личности происходит непрерывно, но особенно активно в детстве, подростковом и юношеском возрасте.

### 4. Стадии развития личности

**Нормальное развитие** включает последовательные этапы:

1. **Детство** — формирование базовых психических функций, социального поведения и первых представлений о себе.
2. **Подростковый возраст** — развитие самосознания, формирование ценностей, мотивации, личных интересов.
3. **Юность и молодость** — освоение социальных ролей, профессиональная и личностная самореализация.
4. **Взрослая жизнь** — закрепление личности, способность к саморазвитию и моральной ответственности.

**Ненормальное развитие** может проявляться:

- в задержке формирования самосознания и личностных качеств;
- в неадекватной эмоциональной реакции;
- в трудностях социальной адаптации и низкой мотивации к учебе и деятельности.

Понимание этапов развития личности важно для педагогов, чтобы своевременно оказывать поддержку, корректировать развитие и помогать ребенку или учащемуся адаптироваться к образовательной и социальной среде.

Личность — это динамическая система, формируемая биологическими, психологическими и социальными факторами. Изучение структуры, качеств и стадий развития личности позволяет педагогам понимать, как развиваются индивидуальные и социальные навыки учащихся, и эффективно планировать образовательный процесс,

поддерживая личностный рост и самореализацию.



**Практические задания:**

**1. Групповое обсуждение «Качества личности»**

- Группы обсуждают, какие качества личности важны для современного человека и почему.
- Формируют мини-схему: «Качества личности → Способы развития».

**2. Творческое задание:**

- Создайте мини-проект «Идеальная личность современного ученика»/ «Идеальная личность современного педагога», указав качества, мотивацию, навыки и способы их формирования.

**Домашнее задание:**

**Сообщение о личности**, которая является для вас примером. Опишите личностные качества, этапы формирования личности и факторы, которые на это влияли.

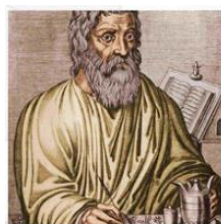
## Тема: Темперамент: понятие, типы и свойства

### План:

1. Понятие темперамента.
2. Основные свойства центральной нервной системы.
3. Типы темперамента и их характеристики.
4. Психологические портреты и особенности проявления.



Познакомить учащихся с понятием «темперамент», его историей изучения, основными свойствами и типами; развить умение распознавать проявления темперамента у разных людей и применять знания в педагогической и психологической практике.



Темперамент — это динамическая и энергетическая сторона личности, проявляющаяся в эмоциональных реакциях, активности и устойчивости к стрессу. Он определяет **«как»** человек действует, а не **«что»** делает.

Изучение темперамента началось с древности. Первым, кто систематически исследовал темперамент, был Аристотель, выделив четыре типа: сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик. Позднее, с развитием физиологии, изучение темперамента стало тесно связано с особенностями нервной системы.

### 1. Понятие темперамента

Темперамент — это совокупность индивидуальных психических особенностей, определяющих скорость, силу и ритм реакции. Он проявляется в эмоциональных реакциях, активности и поведении человека в различных ситуациях.

Темперамент не зависит напрямую от интеллекта, знаний или опыта, но влияет на способы восприятия, принятия решений и общения с людьми.

### 2. Свойства нервной системы и типы ВНД по Павлову



И.П. Павлов доказал, что свойства центральной нервной системы определяют индивидуальные особенности психики человека. Он выделял три основных свойства нервной системы:

1. **Сила нервной системы** — способность выдерживать интенсивные раздражители без усталости и срывов.
2. **Подвижность нервных процессов** — скорость перехода от возбуждения к торможению и обратно.
3. **Уравновешенность нервных процессов** — способность сохранять эмоциональную стабильность при воздействии внешних факторов.

На основе этих свойств Павлов предложил схему типов высшей нервной деятельности:

Тип ВНД	Основные характеристики	Связь с темпераментом
Сильный уравновешенный, подвижный	Быстро адаптируется, эмоционально гибкий	Сангвиник
Сильный уравновешенный, инертный	Медлительный, стабильный, устойчивый	Флегматик
Сильный неуравновешенный	Энергичный, импульсивный, ярко выраженные эмоции	Холерик
Слабый	Слабая возбудимость, утомляемость, тревожность	Меланхолик

Эта схема позволяет связывать физиологические свойства нервной системы с психологическими проявлениями темперамента.

### 3. Типы темперамента и их характеристики

#### *Холерик*

- Энергичный, решительный, целеустремленный.
- Эмоции сильные и длительные, вспышки раздражительности.
- Склонен к импульсивным действиям.

#### *Сангвиник*

- Активный, общительный, легко адаптируется.
- Эмоции яркие, кратковременные.
- Быстро включается в деятельность и легко переключается.

#### *Флегматик*

- Спокойный, уравновешенный, медлительный.
- Эмоции умеренные, реакции стабильные.
- Долго сохраняет концентрацию на одном деле.

#### *Меланхолик*

- Чувствительный, задумчивый, осторожный.
- Эмоции сильные, внутренние переживания.
- Требуется поддержки и доверительной среды.

### 4. Психологические портреты и особенности проявления

- *Сангвиник* легко находит общий язык, быстро усваивает новые знания.
- *Холерик* проявляет инициативу и лидерские качества, но может конфликтовать.
- *Флегматик* отличается надежностью и стабильностью, но медленно включается в активность.
- *Меланхолик* внимателен к деталям, чувствителен, нуждается в поддержке.

Знание типов темперамента помогает:

- подбирать методы обучения и взаимодействия с детьми;
- развивать сильные стороны личности;
- корректировать трудности в поведении и эмоциональных реакциях.

Темперамент — это фундамент индивидуальности человека, определяющий стиль его поведения, эмоциональную устойчивость и реактивность. Связь типов ВНД по Павлову с типами темперамента позволяет понимать физиологические основы поведения, строить эффективное общение и педагогическую деятельность с учетом индивидуальных особенностей.



### **Практические задания:**

**1. Работа в парах** «Определение типа темперамента»

Обсудите примеры поведения знакомых людей и попробуйте определить их тип темперамента.

**2. Групповое обсуждение** «Сильные и слабые стороны»

Группа составляет список положительных и сложных сторон каждого типа темперамента и предлагает методы развития сильных качеств и корректировки сложностей.

**3. Игровое задание** «Эмоции и действия»

Учащиеся моделируют ситуации, где проявляются различные типы темперамента, и обсуждают их реакции.

### **Домашнее задание:**

Определить свой тип темперамента и проанализировать, как он влияет на учебу, общение и взаимодействие с окружающими. Выявить сильные и слабые стороны, разработать рекомендации по коррекции недостатков.

## Тема: Характер

### План:

1. Понятие характера
2. Структура характера
3. Формирование характера
4. Влияние темперамента на формирование характера



Познакомить учащихся с понятием характера, его структурой и механизмами формирования, рассмотреть факторы, влияющие на его развитие, и показать взаимосвязь темперамента и характера, развивать умение анализировать поведение человека через призму индивидуальных особенностей.

Характер — это **ценностно-ориентированная сторона личности**, проявляющаяся в поведении, привычках, способностях к самоконтролю, реакции на трудности и взаимодействии с окружающими. Если темперамент отвечает на вопрос «**как**» человек действует, то характер определяет «**почему**» и «**с какой ценностью**» он это делает.

Характер формируется в процессе социализации и воспитания и тесно связан с темпераментом, который задает динамику и энергетический фон проявления личностных качеств.

### 1. Понятие характера

Характер — совокупность устойчивых психологических свойств личности, проявляющихся в поведении и поступках. Он отражает отношение человека к другим людям, к себе и к социальным нормам. Характер формируется под влиянием **биологических факторов** (наследственность, темперамент, здоровье) и **социальных факторов** (воспитание, образование, социум, личный опыт).

Характер — это результат взаимодействия наследственности и среды, способный меняться под воздействием опыта и воспитания.

### 2. Структура характера

Характер включает несколько компонентов:

1. **Эмоциональный компонент** — устойчивость, сдержанность или вспыльчивость, способность контролировать эмоции.
2. **Волевой компонент** — сила воли, настойчивость, способность преодолевать трудности.
3. **Интеллектуально-ценностный компонент** — отношение к знаниям, моральным нормам, культуре, этике.
4. **Социальный компонент** — способность к сотрудничеству, эмпатии, соблюдение социальных норм.

Структура характера определяется взаимодействием темперамента и воспитания: темперамент задает скорость, интенсивность и устойчивость проявлений, а воспитание и опыт формируют ценностное направление этих проявлений.

### «Структура черт характера по А. А. Теплову»

Группа черт характера	Описание	Примеры черт
<b>1. Отношение к себе</b>	Черты, которые отражают отношение человека к собственной личности, самооценку и личную активность	Целеустремленность, настойчивость, смелость, самостоятельность, ответственность, аккуратность
<b>2. Отношение к людям</b>	Черты, характеризующие взаимодействие с другими людьми, социальные навыки	Дружелюбие, отзывчивость, коммуникабельность, уважение, сотрудничество, эмпатия
<b>3. Отношение к труду</b>	Черты, которые проявляются в деятельности, работе и учебе	Трудолюбие, аккуратность, организованность, инициативность, настойчивость в достижении цели
<b>4. Отношение к вещам</b>	Черты, показывающие отношение человека к материальным объектам и окружающей среде	Бережливость, аккуратность, порядок, рациональность, ответственность за свои вещи
<b>5. Отношение к природе</b>	Черты, связанные с экологическим сознанием и заботой о живой природе	Любознательность, наблюдательность, заботливость, уважение к животным, экологическая ответственность

### 3. Формирование характера

Формирование характера — это процесс усвоения ценностей, норм и способов поведения, устойчиво закрепляющихся в личности.

#### Факторы формирования характера:

##### 1. Биологические:

- особенности нервной системы;
- наследственные предрасположенности;
- физическое здоровье.

##### 2. Социальные:

- влияние семьи и педагогов;
- культура, традиции, социальные нормы;
- личный опыт, успехи и неудачи.

#### Этапы формирования:

- Ранний возраст (0-3 года) — базовые привычки, реакции и эмоциональные ориентиры;
- Дошкольный возраст (3-7 лет) — формирование моральных и социальных норм, устойчивых привычек;
- Школьный возраст — закрепление социально-ценностных ориентаций, развитие самоконтроля;
- Подростковый возраст — активная корректировка характера под влиянием внешних факторов и самопознания.

### 4. Взаимосвязь темперамента и характера

- *Темперамент задает «фон»:* динамику, эмоциональность и активность

поведения.

- **Характер формирует «содержание»:** ценностные установки, привычки, отношение к трудностям и людям.

Пример: холерик по темпераменту может быть вспыльчив, но через воспитание и развитие воли его характер может стать терпеливым и настойчивым. Сангвиник может быстро включаться в деятельность и легко контактировать с людьми, но характер определяет, будет ли он помогать другим или действовать эгоистично.

Понимание характера без учета темперамента невозможно — они взаимодополняют друг друга.

Характер — это устойчивая совокупность психологических свойств личности, формируемых под влиянием биологических и социальных факторов. Его развитие невозможно без учета темперамента, который задает динамику и эмоциональную окраску поведения. Знание закономерностей формирования характера помогает педагогам и психологам правильно организовывать воспитательную работу, развивать положительные качества и корректировать трудности в поведении учащихся.



#### **Практические задания:**

1. **В парах:** обсудите, как темперамент влияет на формирование характера у детей, приведите примеры.
2. **В группе:** составьте таблицу факторов, влияющих на формирование характера, разделив их на биологические и социальные.
3. **Поисковое задание:** проанализируйте, как черты характера формируются через успехи, неудачи и реакцию окружающих.

#### **Домашнее задание:**

1. **Описать свой «портрет характера»** (реального или вымышленного) с указанием волевых, эмоциональных и социальных качеств.
2. **Написать небольшое эссе** (1-2 страницы) о том, как биологические и социальные факторы влияют на формирование характера у детей дошкольного/младшего школьного возраста.

## Тема: Способности и задатки

### План:

1. Понятие способностей и задатков
2. Виды способностей
3. Интеллект как общая способность



Ознакомить учащихся с понятием способностей, их видами, задатками и уровнями развития; рассмотреть связь способностей с профессиональной деятельностью педагога.

### 1. Понятие способностей и задатков

**Способности** — это индивидуальные особенности человека, определяющие успешность и качество выполнения определённого вида деятельности. Способности проявляются в эффективности, скорости и уровне освоения новых знаний и умений.

**Задатки** — это биологические и психические предпосылки, на основе которых развиваются способности.

- *Врожденные задатки:* особенности нервной системы, сенсорные способности, моторика, память.
- *Приобретённые задатки:* формируются в процессе обучения, тренировок и практического опыта.

Пример: У ребёнка может быть врождённая музыкальная восприимчивость, которая в процессе занятий музыкой превращается в музыкальные способности.

Задатки создают основу, а способности — это то, что на этой основе реально проявляется в деятельности.

### 2. Виды способностей

Характеристика	Определение	Примеры
Общие способности	Успешность в разных видах деятельности	Логическое мышление, память, внимание, воображение
Специальные способности	Успешность в конкретной деятельности	Музыкальные, художественные, математические, спортивные
Учебные способности	Успешность в учебе	Логика, память, внимание, аналитические навыки
Творческие способности	Успешность в творчестве	Воображение, художественное мышление, новаторство
Теоретические способности	Успешность в теории	Анализ, обобщение, построение моделей
Практические способности	Успешность на практике	Умение применять знания и навыки на практике, мастерство

## **2.2 Уровни проявления способностей**

- **Одарённость:** первоначальная успешность и интерес в определённой сфере, способность быстро усваивать знания или навыки.
- **Талант:** высокий уровень способностей, проявляющийся в стабильной успешности и оригинальности выполнения задач.
- **Гениальность:** исключительный уровень способностей, проявляющийся в создании новых идей, открытий, нестандартных решений.

### **Пример:**

- Одарённый музыкант быстро осваивает инструмент.
- Талантливый композитор создаёт оригинальные произведения.
- Гениальный музыкант формирует новые направления и стили.

## **3. Интеллект как общая способность**

Интеллект — это способность анализировать информацию, делать обобщения, решать проблемы и адаптироваться к новым ситуациям.

- Включает логическое мышление, память, внимание, воображение.
- Рассматривается как базовая способность, обеспечивающая успешность в различных видах деятельности.

**Пример:** Интеллект помогает человеку ориентироваться в сложных ситуациях, находить решения в нестандартных задачах и применять знания на практике.



### **Практические задания:**

1. **Индивидуальное задание:** Определите свои сильные стороны и задатки. Какие способности помогают вам учиться успешно?
2. **В парах:** Обсудите, какие способности наиболее важны для профессии педагога. Составьте список минимум из пяти способностей.
3. **В группах:** Получите карточки с описанием профессиональной ситуации. Обсудите, какие специальные и общие способности нужны в каждой ситуации и почему.

### **Домашнее задание:**

Составить план самоподготовки для развития одной специальной способности (например, творческой, педагогической или коммуникативной).

## Тема: Мотивация

### План:

1. Понятие мотива и мотивации
2. Виды мотивов и мотивации
3. Пирамида потребностей А. Маслоу
4. Взаимосвязь мотивации и личности, ведущие потребности по возрасту



Познакомить учащихся с понятием мотива и мотивации, различными видами мотивов, а также с ролью потребностей в формировании мотивации личности. Рассмотреть ведущие потребности человека на разных возрастных этапах и их влияние на поведение.

### 1. Понятие мотива и мотивации

**Мотив** — это внутреннее побуждение, которое стимулирует человека к совершению определённых действий.

**Мотивация** — процесс активизации поведения человека на основе мотивов, направленный на достижение целей.

Мотивы могут быть сознательными и бессознательными, явными и скрытыми. Они определяют направленность, силу и устойчивость поведения.

Пример: Мотивом ребёнка может быть желание получить похвалу от взрослого, мотивом взрослого — профессиональный успех.

Мотивация формируется под влиянием как внутренних факторов (потребности, интересы, темперамент), так и внешних (социальная среда, требования общества, награды и наказания).

### 2. Виды мотивов и мотивации

#### *По направленности*

- Положительная мотивация: стремление к достижению желаемого результата, награды, одобрения.
- Отрицательная мотивация: стремление избежать неприятностей, наказания, ошибок.

#### *По устойчивости*

- Устойчивая мотивация: длительное побуждение, сохраняется в течение времени.
- Неустойчивая мотивация: временные побуждения, быстро угасают при изменении условий.

#### *По источнику*

- Внешняя мотивация: основана на факторах внешней среды (похвала, деньги, оценки).
- Внутренняя мотивация: основана на интересе к деятельности, удовлетворении потребностей, личном развитии.

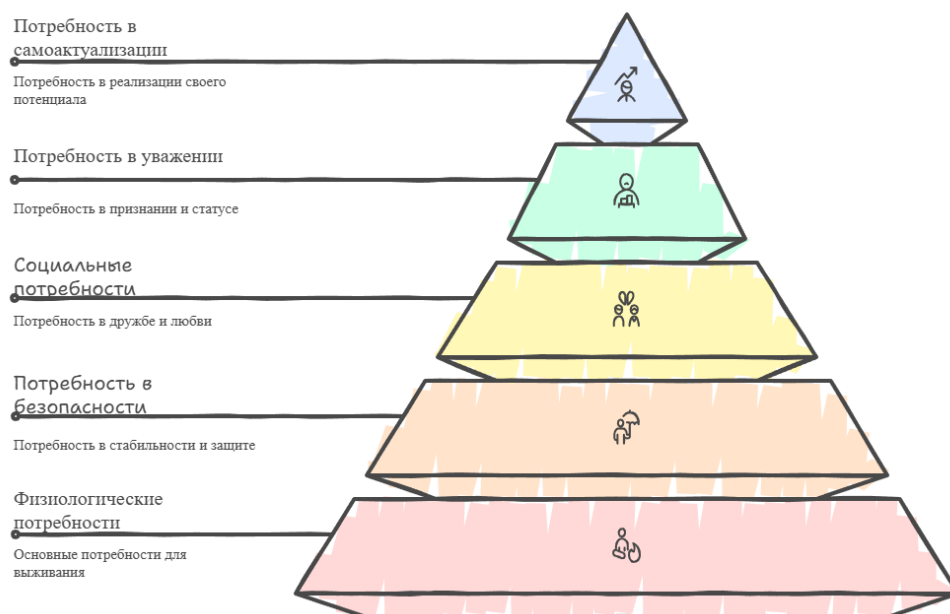
Пример: Ребёнок делает поделку, чтобы показать её учителю (внешняя мотивация),

или потому что ему интересно рисовать (внутренняя мотивация).

### 3. Пирамида потребностей Маслоу

Потребности являются основой мотивации. Американский психолог А. Маслоу предложил *иерархическую модель потребностей*, которая помогает понять, какие мотивы доминируют на разных этапах жизни.

Иерархия потребностей Маслоу



**Примечание:** Мотивы младшего возраста чаще связаны с базовыми потребностями, у подростков и взрослых — с социальными и самоактуализационными.

### 4. Мотивация и личность. Ведущие потребности по возрасту

Потребности определяют мотивы, мотивы активизируют поведение, что в свою очередь формирует личность.

**Ведущие потребности по возрасту:**

- Дошкольный возраст (3–6 лет): потребность в безопасности, игре, общении со сверстниками.
- Младший школьный возраст (7–10 лет): потребность в признании, успехе, принадлежности к группе.
- Подростковый возраст (11–17 лет): потребность в самоутверждении, социальном признании, формировании ценностей.
- Взрослость: потребность в профессиональной реализации, самоактуализации, гармоничных отношениях.

**Пример:** Ребёнок 5 лет хочет, чтобы его похвалили за рисунок (потребность в признании), подросток стремится к лидерству в группе сверстников.



#### Практические задания:

1. **Индивидуальное задание:** Составьте список ваших основных мотивов в учёбе и повседневной жизни.
2. **В парах:** Обсудите примеры положительной и отрицательной мотивации в

колледже или дома.

3. **В группах:** Получите карточки с описанием человека разных возрастов. Определите, какие потребности и мотивы наиболее актуальны для него.
4. **Поисковое задание:** Найдите примеры известных личностей и определите, какие мотивы и потребности были ведущими на разных этапах их жизни.

**Домашнее задание:**

Составить план, как развивать у себя внутреннюю мотивацию для достижения учебных или личных целей.

## Тема: Креативность (творчество)

### План:

1. Понятие креативности
2. Виды и уровни креативности
3. Развитие креативности



Ознакомить учащихся с понятием креативности, ее уровнями и способами развития, показать значение креативности для личности и психического развития.

### 1. Понятие креативности

Креативность (от лат. creatio – «создание») – это процесс и результат создания нового, ранее не существовавшего, проявление оригинального мышления и способности к решению проблем в нестандартных ситуациях.

#### **Основные характеристики креативного мышления:**

- *Гибкость*: способность рассматривать проблему с разных точек зрения;
- *Оригинальность*: появление уникальных идей;
- *Аналитичность*: умение разложить сложную задачу на части;
- *Синтетичность*: способность объединять разрозненные элементы в новую целостность;
- *Самостоятельность мышления*: не подчиняться шаблонам и стереотипам.

Креативность проявляется в разных сферах: в учебной деятельности, творчестве, научной и социальной активности.

### 2. Виды и уровни креативности

#### **Виды творчества:**

- *Научное* – поиск новых знаний, гипотез, теорий;
- *Художественное* – создание произведений искусства, литературы, музыки;
- *Техническое* – проектирование, разработка новых устройств, технологий;
- *Педагогическое* – разработка новых методик, подходов в обучении;
- *Бытовое* – нестандартные решения повседневных задач.

#### **Уровни креативности:**

Уровень	Характеристика
<b>Репродуктивный</b>	Использование уже известных способов и решений, воспроизведение информации.
<b>Эвристический</b>	Частично самостоятельная генерация идей, поиск новых связей и решений.
<b>Изобретательский</b>	Создание принципиально новых решений и идей, которые ранее не использовались.
<b>Гениальный</b>	Создание уникальных, мирового значения идей и открытий, формирующих новые направления.

Эти уровни отражают глубину проявления креативности: от повторения известных

схем до создания принципиально нового и уникального.

### **3. Развитие креативности**

Развитие креативности – это процесс формирования и совершенствования способности к новаторскому мышлению и нестандартной деятельности.

#### **Факторы, влияющие на развитие креативности:**

- *Личностные:* любознательность, открытость новому, мотивация, самоконтроль;
- *Социальные:* поддержка семьи и педагогов, наличие примеров творчества;
- *Образовательные:* участие в творческих заданиях, проектной деятельности, мастер-классах;
- *Средовые:* доступ к ресурсам, пространство для экспериментов и выражения идей.

#### **Методы развития креативности:**

- Игры на воображение и ассоциации;
- Решение проблемных и нестандартных задач;
- Ролевая и проектная деятельность;
- Творческое письмо, рисование, конструирование;
- Использование методов мозгового штурма, синектика, «шести шляп мышления».

Развитие креативности важно на всех этапах жизни, начиная с дошкольного возраста, когда формируется воображение, и продолжая в школьном и взрослой жизни для профессиональной и социальной адаптации.

Креативность – не врожденная черта, а комплексное качество личности, которое можно развивать и совершенствовать. Она позволяет человеку быть гибким в мышлении, генерировать новые идеи и успешно адаптироваться в условиях быстроменяющегося мира.



#### **Практические задания:**

1. **Индивидуальное задание:** придумать 3 оригинальных способа использовать обычный предмет (например, карандаш, бумагу).
2. **Задание в парах:** обсудить и составить список нестандартных идей для решения бытовой проблемы.
3. **Групповое задание:** провести мозговой штурм на тему «Как сделать занятие/урок интереснее?».
4. **Поисковое задание:** найти пример из истории или современной жизни, где креативность привела к успеху.

#### **Домашнее задание:**

1. **Создать проект/идею** (творческую или практическую) и описать, как она может быть реализована.
2. **Разработать таблицу:** «Методы развития креативности и личный опыт их применения».

## Тема: Межличностные отношения

### План:

1. Понятие группы и ее характеристики
2. Межличностные отношения в группе



Познакомить учащихся с понятием группы, ее характеристиками, а также с особенностями межличностных отношений внутри группы и их влиянием на личность и совместную деятельность.

Человек – существо социальное, и значительная часть его развития и деятельности проходит в контексте группы. Понимание структуры и особенностей групп, а также законов взаимодействия между людьми важно для успешной личностной и профессиональной реализации.

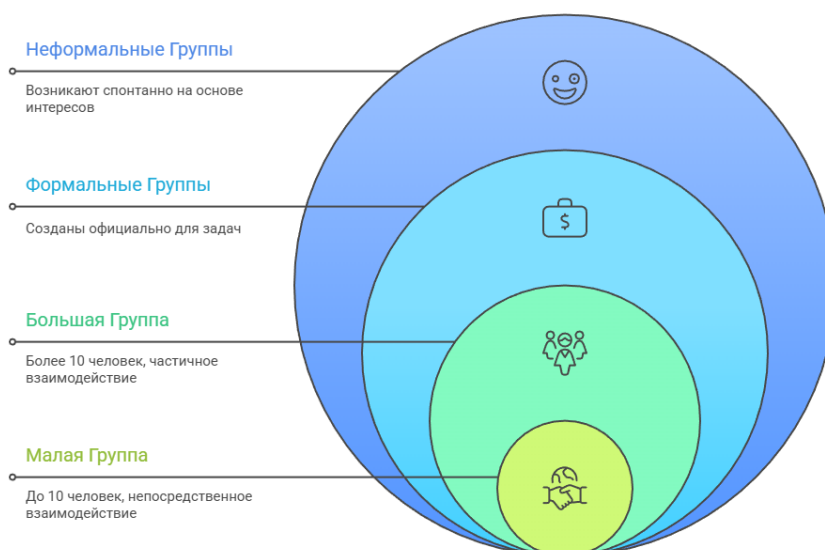
### 1. Понятие группы и ее характеристики

**Группа** – это объединение людей, которые имеют общие цели, интересы или деятельность и взаимодействуют друг с другом.

#### **Характерные признаки группы:**

- **Общие цели и задачи:** участники объединены общей целью, будь то учебная, профессиональная или игровая деятельность;
- **Регулярное взаимодействие:** участники регулярно общаются и обмениваются информацией;
- **Нормы и правила:** в группе формируются определенные нормы поведения, которые регулируют взаимодействие;
- **Структура:** каждая группа имеет организацию, роли участников и иерархию;
- **Общая идентичность:** чувство принадлежности к группе, совместная история, традиции и символы.

#### **Виды групп:**



### **Значение групп для личности:**

- Формирование навыков сотрудничества;
- Развитие социальных компетенций и эмоциональной сферы;
- Создание возможностей для самореализации и поддержки;
- Место для освоения норм и правил поведения.

### **2. Межличностные отношения в группе**

**Межличностные отношения** – это взаимодействие людей, которое определяется эмоциональной близостью, общими интересами и целями.

#### **Факторы, влияющие на отношения в группе:**

- *Индивидуальные особенности участников:* темперамент, характер, личностные качества;
- *Социальные роли:* лидер, исполнитель, консультант, посредник;
- *Цели и задачи группы:* ясно определенные цели способствуют конструктивным отношениям;
- *Коммуникация:* открытость, честность и уважение к другим;
- *Конфликты и их разрешение:* конструктивное разрешение конфликтов укрепляет группу, а неконтролируемые конфликты ослабляют взаимодействие.

#### **Роль межличностных отношений для личности:**

- Развитие навыков сотрудничества и лидерства;
- Формирование социальных и эмоциональных компетенций;
- Поддержка личностного роста, уверенности и мотивации;
- Создание среды для обмена опытом и решения совместных задач.

Понимание структуры группы и особенностей человеческих отношений в ней позволяет эффективнее взаимодействовать с окружающими, развивать личность и достигать совместных целей. Способность строить здоровые и конструктивные отношения является ключевым аспектом социальной компетентности.



#### **Практические задания:**

1. **В парах:** обсудить свои ожидания и цели в группе, определить общие интересы.
2. **Индивидуальное задание:** составить «портрет идеальной группы», включив качества участников и правила взаимодействия.

#### **Домашнее задание:**

Написать эссе «Как я строю отношения в группе и чего хочу достичь».

## Тема: Конфликты и их разрешение. Создание благоприятного климата в группе

### План:

1. Понятие конфликта и способы его разрешения
2. Создание благоприятного климата в группе



Познакомить учащихся с понятием конфликта, его причинами, типами и способами разрешения, а также с основными принципами создания психологически благоприятного климата в группе.

Конфликты — естественная часть человеческих отношений. Они возникают при столкновении интересов, ценностей или целей участников группы. Умение понимать причины конфликтов и эффективно их разрешать важно для формирования здоровых межличностных отношений и успешной работы в коллективе.

### 1. Конфликты и способы их разрешения

**Конфликт** – это столкновение противоположных интересов, взглядов, целей или ценностей, которое сопровождается эмоциональным напряжением.

#### **Причины конфликтов:**

- Различия в личностных особенностях (темперамент, характер, ценности);
- Несовпадение целей и ожиданий участников;
- Нарушение норм и правил группы;
- Коммуникационные проблемы (непонимание, неполная информация, недоверие).

#### **Типы конфликтов:**

- *Межличностные:* между двумя или более людьми;
- *Внутриличностные:* когда человек испытывает внутреннее противоречие;
- *Групповые:* между подгруппами или всей группой;
- *Межгрупповые:* между группами на уровне организаций или коллективов.

#### **Структура конфликта:**

1. Стороны конфликта – участники, между которыми возникает противоречие.
2. Предмет конфликта – то, из-за чего возник конфликт (интересы, ресурсы, цели).
3. Образ конфликта – субъективное восприятие ситуации каждым участником, как он её видит.
4. Мотивы – внутренние причины поведения сторон, побуждающие их действовать определённым образом.
5. Позиции – конкретные требования или позиции сторон по предмету конфликта, то, чего они хотят достичь.

#### **Способы разрешения конфликтов:**

- Сотрудничество: совместный поиск решения, удовлетворяющего всех участников;

- **Компромисс:** уступки с обеих сторон;
- **Приспособление:** уступка одной стороны для поддержания отношений;
- **Избегание:** временное или постоянное уклонение от конфликта;
- **Конкуренция:** участники стремятся превзойти друг друга, добиваясь собственных целей, при этом их интересы могут совпадать частично или противоречить друг другу

**Этапы разрешения конфликта:**

1. Осознание проблемы;
2. Определение причин и участников;
3. Обсуждение возможных решений;
4. Выбор оптимального способа;
5. Реализация и анализ результатов.

**2. Создание благоприятного климата в группе**

**Психологический климат группы** – это совокупность эмоционально-психологических условий, в которых осуществляется взаимодействие участников.

**Признаки благоприятного климата:**

- Доверие между участниками;
- Поддержка и взаимопомощь;
- Четкие и справедливые правила поведения;
- Уважение индивидуальности каждого;
- Возможность открыто обсуждать проблемы без страха осуждения.

**Факторы, влияющие на создание благоприятного климата:**

- Лидерство: доступность, справедливость и поддержка лидера;
- Организация деятельности: ясность целей и задач, четкость ролей;
- Эмоциональная культура: уважительное отношение, признание заслуг, конструктивная критика;
- Учет индивидуальных особенностей: понимание темперамента, способностей и интересов участников;
- Превентивные меры: предотвращение конфликтов через обсуждение правил, норм и ожиданий группы.

**Методы формирования положительного климата:**

- Совместная постановка целей и планирование деятельности;
- Игры и тренинги на доверие и командное взаимодействие;
- Обсуждение и согласование правил и норм;
- Регулярная обратная связь о поведении и взаимодействии в группе.

Умение распознавать конфликты, понимать их причины и применять методы апланирования помогает создавать гармоничную атмосферу в группе, способствует укреплению доверия и сотрудничества между участниками, а также развитию личностных и социальных навыков. Позитивный климат — это фундамент эффективного взаимодействия и продуктивной работы коллектива.



**Практические задания:**

1. **В парах:** предложить варианты разрешения конфликтных ситуаций.

2. **В группе (3–5 человек):** обсудить, какие правила и нормы помогут избежать конфликтов в классе или группе.
3. **Индивидуально:** написать мини-эссе «Как я могу способствовать положительному климату в группе».

**Домашнее задание:**

Разработать «памятку для группы» с правилами предотвращения конфликтов и создания благоприятного климата.

## Тесты для самопроверки

### Тема: Внимание

**1. Внимание — это:**

- а) психический процесс целенаправленного сосредоточения на объектах, явлениях или действиях
- б) эмоциональная реакция на события
- в) запоминание информации
- г) мотивация к действию

**2. Устойчивость внимания характеризуется:**

- а) способностью сосредотачиваться на одном объекте длительное время
- б) быстрой переключаемостью между объектами
- в) объемом восприятия
- г) интенсивностью эмоций

**3. Концентрация внимания означает:**

- а) распределение внимания на несколько объектов одновременно
- б) способность сосредоточиться на одном объекте или задаче
- в) произвольное отвлечение
- г) непроизвольное восприятие

**4. Объём внимания — это:**

- а) количество объектов, на которые человек может сосредоточить внимание одновременно
- б) сила эмоций
- в) длительность концентрации
- г) степень усталости

**5. Переключение внимания — это:**

- а) сосредоточение на одном объекте
- б) способность быстро переключаться с одного объекта на другой
- в) игнорирование информации
- г) запоминание деталей

**6. Распределение внимания проявляется в:**

- а) концентрации на одном объекте
- б) одновременном наблюдении за несколькими объектами
- в) усталости
- г) непроизвольной реакции

**7. Виды внимания включают:**

- а) произвольное, непроизвольное, послепроизвольное
- б) кратковременное и долговременное

- в) когнитивное и эмоциональное
- г) восприятие и представление

**8. Произвольное внимание — это:**

- а) сосредоточение на объекте по собственной воле
- б) внимание, вызванное внешними раздражителями
- в) внимание, которое невозможно контролировать
- г) кратковременное восприятие

**9. Непроизвольное внимание проявляется, когда:**

- а) человек сознательно сосредоточен
- б) внимание возникает автоматически под воздействием сильного раздражителя
- в) человек анализирует информацию
- г) внимание распределяется на несколько задач

**10. Послепроизвольное внимание — это:**

- а) внимание, возникшее случайно
- б) внимание, возникающее при сочетании интереса и внутренней мотивации
- в) непроизвольное внимание
- г) усталость внимания

**Тема: Аффективные (эмоциональные) процессы в структуре личности**

**1. Что такое аффективные процессы?**

- а) Процессы мышления и логики
- б) Процессы, связанные с эмоциями и чувствами
- в) Процессы памяти и внимания
- г) Процессы физического развития

**2. Основные формы аффективных процессов включают:**

- а) Интеллект, внимание, память
- б) Эмоции, чувства, настроение
- в) Мотивацию, волю, способности
- г) Игру, труд, учение

**3. Эмоция – это:**

- а) Стабильное качество личности
- б) Кратковременная реакция на события или стимулы
- в) Способность к планированию и анализу
- г) Устойчивое отношение к окружающему миру

**4. Настроение отличается от эмоции тем, что:**

- а) Оно всегда негативное
- б) Оно кратковременно и интенсивно

- c) Оно длительное и менее выраженное
- d) Оно не зависит от внешних событий

**5. Что такое саморегуляция эмоциональная?**

- a) Умение контролировать и корректировать свои эмоции
- b) Умение быстро запоминать информацию
- c) Способность к решению логических задач
- d) Навык взаимодействия с группой

**6. К аффективным процессам относятся:**

- a) Любовь, радость, страх, злость
- b) Логика, анализ, синтез
- c) Мышление, внимание, память
- d) Речь, моторика, сенсорика

**7. Основная функция аффективных процессов в личности:**

- a) Регулирование поведения и отношений с окружающими
- b) Развитие моторных навыков
- c) Увеличение физической силы
- d) Систематизация знаний

**8. Какие из перечисленных процессов относятся к формам саморегуляции эмоций?**

- a) Понимание своих эмоций и контроль их выражения
- b) Игровая деятельность
- c) Решение логических задач
- d) Физические упражнения

**9. Настроение, как аффективный процесс, может быть:**

- a) Положительным, отрицательным, нейтральным
- b) Только положительным
- c) Только отрицательным
- d) Не зависит от переживаний

**10. Как аффективные процессы влияют на личность?**

- a) Формируют ценности, мотивацию и поведение
- b) Определяют только физическое развитие
- c) Не влияют на взаимодействие с людьми
- d) Только на способность к учебе

**Тема: Воля**

**1. Что такое воля?**

- a) Способность контролировать поведение и сознательно достигать целей
- b) Спонтанная эмоциональная реакция
- c) Умение быстро запоминать информацию
- d) Восприятие внешних стимулов

**2. Основные характеристики волевого акта включают:**

- a) Целенаправленность, сознательность, устойчивость
- b) Произвольность, эмоции, внимание
- c) Память, воображение, мышление
- d) Социальные навыки и ролевое поведение

**3. Какие качества относятся к воле?**

- a) Настойчивость, решительность, самоконтроль, дисциплина
- b) Эмоциональная лабильность
- c) Способность к фантазии
- d) Моторная координация

**4. Что такое саморегуляция в контексте воли?**

- a) Способность человека сознательно управлять своими действиями и эмоциями
- b) Случайная реакция на события
- c) Способность к быстрому восприятию информации
- d) Импульсивное поведение

**5. На каком возрасте начинают проявляться первые волевые усилия?**

- a) 3-4 года
- b) 1-2 года
- c) 5-6 лет
- d) 7-8 лет

**6. Какие методы развивают волю у детей?**

- a) Постановка целей, упражнения в доведении дела до конца, поддержка взрослого
- b) Только игры на внимание
- c) Исключительно физические упражнения
- d) Только чтение и слушание лекций

**7. Воля тесно связана с:**

- a) Личностью и самоконтролем
- b) Зрением и слухом
- c) Ростом и весом
- d) Физической активностью

**8. Какие проявления характерны для слабой воли?**

- a) Легкая отвлекаемость, отказ от трудных задач, недостаток настойчивости
- b) Быстрое обучение и высокий уровень внимания
- c) Развитое воображение
- d) Высокая физическая активность

**9. Какие действия помогают укреплять волю у подростков?**

- a) Постановка долгосрочных целей, контроль за выполнением, самопроверка
- b) Полное отсутствие требований

- c) Игры без правил
- d) Только эмоциональная поддержка

**10. Как воля влияет на личность?**

- a) Формирует способность достигать целей, управлять поведением и эмоциями
- b) Определяет исключительно физическую силу
- c) Влияет только на память
- d) Не влияет на обучение и поведение

**Тема: Активность человека**

**1. Что такое человеческая активность?**

- a) Целенаправленное взаимодействие человека с окружающей средой
- b) Случайная реакция на события
- c) Врожденная способность к эмоциям
- d) Только физическая работа

**2. Какие компоненты входят в структуру психической активности?**

- a) Мотив, цель, действие, результат
- b) Рост, вес, координация, сенсорные системы
- c) Память, внимание, мышление, воображение
- d) Только эмоциональные реакции

**3. Какие типы человеческой активности выделяют психологи?**

- a) Игровая, учебная, трудовая, творческая
- b) Только учебная и игровая
- c) Физическая и эмоциональная
- d) Биологическая и социальная

**4. Какова роль активности в развитии интеллекта?**

- a) Активность формирует познавательные способности и способствует развитию мышления
- b) Активность не влияет на интеллект
- c) Активность только развивает физическую силу
- d) Активность ограничивается эмоциями

**5. В чем проявляется целенаправленность деятельности?**

- a) В осознанном выборе средств и способов для достижения цели
- b) В случайных действиях
- c) В импульсивных реакциях
- d) В эмоциональных вспышках

**6. Какие факторы влияют на эффективность человеческой активности?**

- a) Мотивы, интересы, умение планировать, внешние условия
- b) Только возраст
- c) Только физическое развитие
- d) Только наследственность

**7. Как активность связана с личностью?**

- a) Через цели, ценности, потребности и интересы человека

- b) Только через эмоции
- c) Только через внимание
- d) Активность не связана с личностью

**8. Что определяет ведущий вид деятельности на определенном возрастном этапе?**

- a) Возрастные изменения психики и ведущие потребности
- b) Внешние обстоятельства без учета возраста
- c) Исключительно физические возможности
- d) Случайное развитие навыков

**9. Какие функции выполняет деятельность человека?**

- a) Развивает навыки, удовлетворяет потребности, формирует личность
- b) Только удовлетворяет биологические потребности
- c) Только способствует эмоциональному разряду
- d) Не имеет функций

**10. Какова связь между деятельностью и обучением?**

- a) Деятельность формирует опыт, способствует усвоению знаний и развитию интеллекта
- b) Деятельность не влияет на обучение
- c) Обучение полностью формирует активность
- d) Деятельность ограничивается физическими навыками

**Тема: Личность**

**1. Что понимается под личностью в психологии?**

- a) Совокупность врожденных задатков человека
- b) Уникальное сочетание психических и социальных качеств человека
- c) Только эмоциональная сфера человека
- d) Только интеллектуальные способности

**2. Как отличается человек от индивида и индивидуальности?**

- a) Человек – биологический вид, индивид – конкретная личность, индивидуальность – уникальные черты
- b) Человек = личность, индивид = эмоции, индивидуальность = навыки
- c) Нет различий
- d) Индивид = социальная роль, личность = биология

**3. Какие качества характеризуют современную личность?**

- a) Активность, самостоятельность, социальная адаптивность
- b) Только физическая выносливость
- c) Исключительно эмоциональная чувствительность
- d) Только интеллектуальные способности

**4. Какие стадии развития личности выделяют психологи?**

- a) Раннее детство, дошкольный, школьный возраст, подростковый, взрослый
- b) Только детство и взрослость
- c) Только подростковый и взрослый возраст
- d) Раннее детство и старость

**5. Что может свидетельствовать о ненормальном развитии личности?**

- a) Отсутствие социальных навыков, неспособность к саморегуляции
- b) Быстрое обучение и адаптация
- c) Интерес к учебной деятельности
- d) Развитие воображения

**6. Какие факторы влияют на формирование личности?**

- a) Социальная среда, воспитание, биологические особенности, жизненный опыт
- b) Только наследственность
- c) Только учеба
- d) Только эмоции

**7. Что характеризует индивидуальность человека?**

- a) Уникальное сочетание качеств, интересов, способностей и темперамента
- b) Только физические параметры
- c) Только интеллектуальные способности
- d) Только эмоциональные реакции

**8. Как личность проявляется в деятельности?**

- a) Через цели, ценности, выбор средств, отношения с другими людьми
- b) Только через эмоции
- c) Только через наследственные задатки
- d) Деятельность не связана с личностью

**9. В каком возрасте начинают формироваться основные черты личности?**

- a) С рождения и особенно в раннем детстве и дошкольном возрасте
- b) Только в подростковом возрасте
- c) Только в школьном возрасте
- d) Только во взрослой жизни

**10. Как связаны нормальное и аномальное развитие личности?**

- a) Нормальное развитие соответствует возрастным этапам, аномальное – отклонения от них
- b) Они не связаны
- c) Аномальное развитие всегда указывает на болезни
- d) Нормальное развитие – это только успехи в учебе

**Тема: Темперамент**

**1. Кто первым начал систематически изучать темперамент человека?**

- a) И.П. Павлов
- b) Аристотель
- c) Карл Юнг
- d) Зигмунд Фрейд

**2. Как в психологии определяется темперамент?**

- a) Как совокупность знаний и навыков человека
- b) Как динамическо-энергетическая сторона личности
- c) Как моральные ценности человека
- d) Как уровень интеллекта

**3. На что влияет тип темперамента человека?**

- a) На скорость и силу реакции, эмоциональную устойчивость, уровень активности
- b) Только на физическую силу
- c) Только на интеллект
- d) На биологический пол

**4. Какие типы высшей нервной деятельности выделил Павлов?**

- a) Сангвинический, меланхолический, холерический, флегматический
- b) Сильный уравновешенный, сильный неуравновешенный, слабый уравновешенный, слабый неуравновешенный
- c) Активный, пассивный, интроверт, экстраверт
- d) Эмоциональный, рациональный, творческий, логический

**5. Схема типов высшей нервной деятельности Павлова включает следующие параметры:**

- a) Сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов
- b) Только сила нервных процессов
- c) Только темперамент
- d) Только эмоциональность

**6. Какие типы темперамента выделяют в современной психологии?**

- a) Сангвиник, холерик, меланхолик, флегматик
- b) Активный и пассивный
- c) Экстраверт и интроверт
- d) Логический и творческий

**7. Какие черты присущи сангвинику?**

- a) Жизнерадостность, подвижность, легкость в общении
- b) Медлительность, постоянство
- c) Вспыльчивость, раздражительность
- d) Тревожность, замкнутость

**8. Какой темперамент характеризуется высоким эмоциональным накалом и неустойчивостью настроения?**

- a) Флегматик
- b) Меланхолик
- c) Холерик
- d) Сангвиник

**9. Как проявляется флегматический тип темперамента?**

- a) Спокойствие, выносливость, устойчивость к стрессу
- b) Вспыльчивость, активность
- c) Чувствительность, тревожность
- d) Быстрая смена настроения, эмоциональность

**10. Почему знание темперамента важно в психологии личности?**

- a) Оно помогает прогнозировать поведение и строить индивидуальные подходы
- b) Темперамент определяет только интеллектуальные способности
- c) Оно не имеет практического значения
- d) Оно влияет только на физическое здоровье

## Тема: Характер

### 1. Как в психологии определяется характер?

- a) Как эмоциональная сторона личности
- b) Как совокупность привычек и навыков
- c) Как совокупность устойчивых отношений и ценностей личности
- d) Как уровень интеллекта

### 2. Какие стороны личности характеризует структура характера по Теплову?

- a) Отношение к себе, людям, труду, вещам, природе
- b) Эмоции, воля, интеллект
- c) Сангвиничность, холеричность, флегматичность, меланхоличность
- d) Интеллектуальная, эмоциональная, социальная

### 3. К какой группе черт характера относится аккуратность и дисциплинированность?

- a) Отношение к труду
- b) Отношение к себе
- c) Отношение к людям
- d) Отношение к природе

### 4. К какой группе черт характера относятся дружелюбие и отзывчивость?

- a) Отношение к вещам
- b) Отношение к себе
- c) Отношение к людям
- d) Отношение к труду

### 5. К какой группе черт характера относятся любопытство и внимательность?

- a) Отношение к себе
- b) Отношение к труду
- c) Отношение к природе
- d) Отношение к вещам

### 6. Какие факторы влияют на формирование характера?

- a) Только биологические
- b) Только социальные
- c) Биологические и социальные
- d) Только наследственные

### 7. Как взаимосвязаны темперамент и характер?

- a) Темперамент определяет характер полностью
- b) Характер формирует темперамент
- c) Темперамент задает динамический фон, а характер формируется под влиянием среды и воспитания
- d) Темперамент и характер не связаны

### 8. Как называется способность личности контролировать свои действия и поступки?

- a) Воля
- b) Мотивация
- c) Эмоция
- d) Интеллект

**9. Что из перечисленного способствует формированию характера у ребенка?**

- a) Игровая деятельность и учебная практика
- b) Только врожденные задатки
- c) Только влияние сверстников
- d) Случайные события без участия взрослых

**10. Почему важно изучать характер в психологии личности?**

- a) Чтобы понимать личностные особенности и прогнозировать поведение
- b) Чтобы оценивать уровень интеллекта
- c) Чтобы классифицировать темпераменты
- d) Чтобы изучать только эмоциональное состояние

**Тема: Способности и задатки**

**1. Что такое способности?**

- a) Врожденные и приобретенные задатки, которые обеспечивают успешное выполнение деятельности
- b) Только навыки, приобретенные в школе
- c) Эмоциональные реакции на ситуацию
- d) Личностные ценности

**2. Какие виды способностей выделяют психологи?**

- a) Общие и специальные
- b) Только творческие
- c) Только академические
- d) Только физические

**3. Какие способности относятся к общим?**

- a) Логическое мышление, внимание, память
- b) Рисование и музыка
- c) Вождение автомобиля
- d) Игровые навыки

**4. Какие способности являются специальными?**

- a) Способность к языкам, к музыке, к математике
- b) Внимание и память
- c) Общая эрудиция
- d) Настойчивость и самоконтроль

**5. Какие уровни развития способностей существуют?**

- a) Одаренность, талант, гениальность
- b) Слабый, средний, высокий
- c) Начальный, средний, продвинутый
- d) Интеллектуальный, эмоциональный, волевой

**6. Что такое задатки?**

- a) Врожденные и приобретенные особенности нервной системы и психики, лежащие в основе способностей
- b) Только приобретенные навыки

- c) Творческие идеи
- d) Эмоции и настроение

**7. Какие задатки являются врожденными?**

- a) Темперамент, особенности нервной системы, сенсорная чувствительность
- b) Навыки письма и чтения
- c) Социальные умения
- d) Опыт командной работы

**8. Какие задатки относятся к приобретенным?**

- a) Навыки, сформированные через обучение и опыт
- b) Темперамент и эмоциональная реактивность
- c) Природные склонности к математике
- d) Врожденные таланты

**9. Какая деятельность развивает способности?**

- a) Любая целенаправленная и систематическая деятельность
- b) Только физическая активность
- c) Только музыкальная практика
- d) Любое случайное занятие

**10. Пример проявления таланта – это:**

- a) Исключительные достижения в музыке, науке или искусстве, требующие высокой степени мастерства
- b) Умение читать
- c) Базовые навыки общения
- d) Элементарная моторика

**Тема: Мотивация**

**1. Что такое мотив?**

- a) Психологическая причина или побуждение к действию
- b) Врожденная способность
- c) Только внешняя награда
- d) Эмоциональная реакция

**2. Что такое мотивация?**

- a) Совокупность причин и стимулов, побуждающих человека к деятельности
- b) Процесс усвоения знаний
- c) Случайное поведение
- d) Только стремление к удовольствию

**3. Какие виды мотивации существуют?**

- a) Положительная и отрицательная; внутренняя и внешняя; устойчивая и неустойчивая
- b) Физическая и умственная
- c) Эмоциональная и интеллектуальная
- d) Только положительная

**4. Пример положительной мотивации:**

- a) Желание получить похвалу за выполненную работу

- b) Страх наказания
- c) Отвлечение на посторонние стимулы
- d) Усталость

**5. Пример отрицательной мотивации:**

- a) Страх неудачи или наказания
- b) Желание освоить новое умение
- c) Любопытство
- d) Радость от успеха

**6. Что такое ведущие потребности?**

- a) Потребности, которые доминируют на определенном этапе жизни и влияют на поведение
- b) Потребности, возникающие случайно
- c) Потребности исключительно материальные
- d) Только социальные желания

**7. Какие потребности у детей младшего возраста (3–6 лет) являются ведущими?**

- a) Потребность в игре, эмоциональной поддержке, безопасности
- b) Потребность в профессиональной реализации
- c) Потребность в материальных благах
- d) Потребность в политическом влиянии

**8. Какие потребности у подростков (11–15 лет) являются ведущими?**

- a) Потребность в самореализации, принадлежности к группе сверстников, признании
- b) Потребность в безопасности
- c) Потребность в игре
- d) Потребность в постоянной опеке

**9. Как мотивация связана с личностью?**

- a) Определяет направленность деятельности и проявление личностных качеств
- b) Не влияет на личность
- c) Только формирует эмоциональные реакции
- d) Только зависит от внешней среды

**10. Какая мотивация считается внутренней?**

- a) Стремление действовать из интереса, удовольствия или удовлетворения собственной цели
- b) Желание получить награду от других
- c) Страх наказания
- d) Давление окружения

**Тема: Творчество**

**1. Что такое творчество?**

- a) Способность создавать новое, оригинальное и ценное
- b) Механическое повторение чужих действий
- c) Только художественная деятельность
- d) Умение выполнять инструкции

**2. Какие уровни творчества существуют?**

- a) Репродуктивный, эвристический, изобретательский, гениальный
- b) Младший, средний, старший
- c) Теоретический, практический, художественный
- d) Внутренний, внешний, социальный

**3. Репродуктивный уровень творчества характеризуется:**

- a) Повторением уже известных решений и моделей
- b) Созданием совершенно нового продукта
- c) Применением фантазии в сложных проектах
- d) Разработкой научных теорий

**4. Эвристический уровень творчества проявляется через:**

- a) Нахождение нового решения на основе анализа ситуации
- b) Полное копирование
- c) Только художественное самовыражение
- d) Использование интуиции без анализа

**5. Изобретательский уровень творчества означает:**

- a) Создание принципиально нового продукта или метода
- b) Простое повторение действий
- c) Повторение художественных образов
- d) Сосредоточение на выполнении стандартной задачи

**6. Гениальный уровень творчества проявляется:**

- a) Через выдающиеся открытия или произведения, которые меняют область знания или искусства
- b) В способности повторять чужие достижения
- c) Только в научной сфере
- d) Только в художественной деятельности

**7. Какие виды творчества выделяют?**

- a) Научное, художественное, техническое, педагогическое, бытовое
- b) Только научное и художественное
- c) Внутреннее и внешнее
- d) Теоретическое и практическое

**8. Что способствует развитию творчества?**

- a) Свободное выражение идей, любопытство, разнообразные задачи
- b) Строгое выполнение инструкций
- c) Повторение шаблонов
- d) Ограничение самостоятельности

**9. Творческая деятельность у детей:**

- a) Развивает воображение, самостоятельность и способность к новым решениям
- b) Только формирует навыки рисования
- c) Не связана с интеллектуальным развитием
- d) Ограничивается игрой

**10. Как связана личность с творчеством?**

- a) Творчество проявляет индивидуальные способности и особенности личности
- b) Творчество никак не связано с личностью

- c) Только через внешние стимулы
- d) Только в коллективной деятельности

## Тема: Межличностные отношения

### 1. Что такое группа?

- a) Совокупность людей, объединённых общими целями, интересами или деятельностью
- b) Любая случайная совокупность людей
- c) Только коллектив на работе
- d) Только семья

### 2. Какие признаки характеризуют группу?

- a) Общие цели, взаимодействие, нормы и правила
- b) Одновременное пребывание в одном месте
- c) Только формальное руководство
- d) Полное отсутствие взаимодействия

### 3. Межличностные отношения в группе включают:

- a) Взаимодействие, коммуникацию, сотрудничество, конкуренцию
- b) Только совместное выполнение задач
- c) Личные конфликты
- d) Только формальные инструкции

### 4. Конкуренция в группе – это:

- a) Стремление к достижению лучших результатов по сравнению с другими
- b) Принуждение к выполнению заданий
- c) Совместное обсуждение
- d) Игнорирование других членов группы

### 5. Что является основным фактором успешных межличностных отношений?

- a) Уважение, доверие и сотрудничество
- b) Соревнование и критика
- c) Игнорирование мнений других
- d) Строгое подчинение

### 6. Какие функции выполняют межличностные отношения в группе?

- a) Формирование норм, поддержка, совместное достижение целей
- b) Только выполнение задач
- c) Контроль и наказание
- d) Только конкуренция

### 7. Что такое конфликт?

- a) Столкновение противоположных интересов, целей или мнений
- b) Дружелюбное сотрудничество
- c) Совместная игра
- d) Выполнение одинаковых действий

### 8. Стороны конфликтной ситуации включают:

- a) Стороны, предмет, образ, мотивы, позиции
- b) Только стороны и цели

- c) Личности, задачи, правила
- d) Только эмоции участников

**9. Как можно сглаживать конфликты в группе?**

- a) Поиск компромиссов, развитие навыков коммуникации, установление правил
- b) Игнорирование участников
- c) Игровое соревнование
- d) Скрытие информации

**10. Как создается благоприятный климат в группе?**

- a) Доверие, уважение, поддержка, совместная деятельность
- b) Строгие наказания и правила
- c) Принуждение к выполнению заданий
- d) Игнорирование потребностей участников

**Тема: Конфликты и их разрешение. Создание благоприятного климата в группе**

**1. Что такое конфликт?**

- a) Столкновение противоположных интересов, целей или мнений
- b) Совместная деятельность и сотрудничество
- c) Игровое соревнование
- d) Нейтральное общение

**2. Какие стороны присутствуют в конфликтной ситуации?**

- a) Стороны, предмет, образ, мотивы, позиции
- b) Только стороны и цели
- c) Личности, задачи и правила
- d) Только эмоции участников

**3. Предмет конфликта – это:**

- a) То, из-за чего возник спор или противоречие
- b) Способ решения проблемы
- c) Личностная характеристика участников
- d) Эмоциональная реакция

**4. Образ конфликта – это:**

- a) То, как участники воспринимают ситуацию
- b) Физическое место конфликта
- c) Внутреннее состояние участников
- d) Решение проблемы

**5. Мотивы в конфликте – это:**

- a) Причины поведения участников
- b) Объект конфликта
- c) Позиция других людей
- d) Способ сглаживания конфликта

**6. Позиция участников конфликта – это:**

- a) Точка зрения и стратегия поведения в конфликте

- b) Физическая поза
- c) Количество участников
- d) Продолжительность конфликта

**7. Конкуренция в конфликте – это:**

- a) Стремление к достижению своих целей за счет другого
- b) Совместное сотрудничество
- c) Игнорирование конфликта
- d) Дружеская поддержка

**8. Какие методы сглаживания конфликтов существуют?**

- a) Поиск компромиссов, переговоры, сотрудничество, установление правил
- b) Принуждение, наказание, игнорирование
- c) Эмоциональные вспышки и агрессия
- d) Полное отсутствие взаимодействия

**9. Как можно создать благоприятный климат в группе для предотвращения конфликтов?**

- a) Доверие, уважение, поддержка, четкие правила
- b) Принуждение и жесткий контроль
- c) Игнорирование участников
- d) Соревнование и конкуренция

**10. Что помогает участникам конфликта лучше понимать друг друга?**

- a) Эмпатия, активное слушание, обсуждение мотивов
- b) Игнорирование эмоций
- c) Быстрое завершение спора без объяснений
- d) Соревнование за лидерство

## Библиография

1. Anderson, J. R. *Cognitive Psychology and Its Implications* (9th ed.). — New York: Worth Publishers, 2019.
  2. Izard, C. E. *The Psychology of Emotions* (современное издание). — New York: Springer, 2018.
  3. Maslow, A. H. *A Theory of Human Motivation* (современное издание с комментариями). — New York: Wiley, 2018.
- 
1. Антонеску Л. — *Motivația în context educational* — Chișinău: Tipografia Centrală, 2018.
  2. Гаврилицэ И., С. Урсу — *Psihologia atenției și concentrării* — Bălți: Ed. “B.C.I.”, 2021.
  3. Стыряну И. — *Structura și dinamica caracterului uman* — Chișinău: CEP USM, 2018.
  4. Чеботарь М., Г. Чеботарь — *Psihologia dezvoltării umane* — Chișinău: CEP USM, 2016.
- 
1. Агишев, З. Г. *Психология личности: учебное пособие*. — Москва: Юрайт, 2020.
  2. Берн, Дж. *Процесс взросления личности: современные подходы и исследования* (переизданное издание). — Санкт-Петербург: Питер, 2019.
  3. Вундт, В., Маслоу, А. *Основы психологии развития и личности* (современное издание под редакцией). — Москва: Академия, 2018.
  4. Колман, А. М. *Психология личности*. — Москва: Академический проект, 2017.
  5. Леонтьев, А. Н. *Деятельность. Сознание. Личность* (переизданное издание). — Москва: Когито-Центр, 2017.
  6. Павлов, И. П. *Типы высшей нервной деятельности* (переизданное научное издание). — Москва: Наука, 2017.
  7. Теплов, Ю. Б. *Психология характера* (сборник статей в современном издании). — Санкт-Петербург: Питер, 2019.