

## 2.3. Содержание практических занятий

### Практическое занятие 1

**Тема: Предмет, задачи и методы психологии**

**Основные понятия:** психология, психика, душа, сознание, поведение, бессознательное, образ, метод, методика, наблюдение, эксперимент

**Основные вопросы:**

1. Предмет психологии.
2. Задачи психологии.
3. Этапы становления психологии.
4. Методы психологии.

**Решение психологических задач** (см. Приложение 2. Психологические задачи по дисциплине)

**Методические рекомендации для подготовки к занятию**

*Форма проведения занятия:*

Практическое занятие – дискуссия.

*Методы проведения занятия, виды учебной деятельности студентов:*

- проверочная работа (на знание основных понятий);
- обсуждение теоретических вопросов;
- работа в малых группах;
- просмотр фрагментов учебных фильмов;
- решение психологических задач;
- индивидуальная и групповая работа.

**Литература для подготовки к занятию**

*Основная:*

1. Крысько В.Г. Психология. Курс лекций: учебное пособие. – М.: ИНФРА-М, 2013.
2. Психология: Учебное пособие / Под ред. Панферова В.Н. – СПб.: Питер, 2013.
3. Столяренко Л.д. Психология Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2013.
4. Штейнмец А.Э. Общая психология учеб. Пособие. –М.: Изд. центр «Академия», 2014.

*Дополнительная:*

1. Атлас по психологии в таблицах и схемах: Учебно – методическое пособие для студентов вуза / Авторы – составители: Качалова А.В., Щербанева Н.Г. – Армавир, 2011.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Учебное пособие. – М.: АСТ, 2008.
3. Давыдов В.В. Лекции по общей психологии. Учебное пособие. – М.: Академия, 2008.
4. Иванников В.А. Основы психологии. Курс лекций. – М.: Лидер, 2010.

## 2.4. Содержание лабораторных занятий

### Лабораторное занятие 2

**Тема: Общение**

**Цель:** рассмотреть понятие общения, стороны общения, изучить и провести методику по выявлению трёх составляющие личности человека (ребёнок, взрослый, родитель).

**Предмет и содержание работы**

**Основные понятия:** общение, стороны общения: коммуникативная, интерактивная, перцептивная; общительность, вербальное и невербальное общение, обратная связь, коммуникативный барьер, фонетический барьер, семантический барьер, стилистический барьер, логический барьер, транзакция, социальная перцепция, социальный стереотип.

1. Теоретическая часть.
2. Практическая часть.
3. Выводы.

**Оборудование, технические средства, инструмент:** учебная аудитория, мультимедийное оборудование, экспериментальный материал для проведения методики «Транзактный анализ общения» («Три Я»).

**Порядок выполнения работы:**

**1. Рассмотрение теоретических вопросов по теме «Общение»**

- 1.1. Интерактивная сторона общения.
- 1.2. Концепция транзактного анализа.

1.3. Характеристика трёх составляющих личности человека (ребёнок, взрослый, родитель). Виды транзакций.

## 2. Проведение психодиагностических методик

### 2.1. Тест «Трансактный анализ общения» («Три Я»)

*Инструкция:* оцените приведенные высказывания в баллах от 0 до 10.

	Высказывание	Личная оценка высказывания
1	Мне порой не хватает выдержки	
2	Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять	
3	Родители, как более зрелые люди, должны устраивать семейную жизнь своих детей	
4	Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-то событиях	
5	Меня провести нелегко	
6	Мне бы понравилось быть воспитателем	
7	Бывает, мне хочется подурочиться, как маленькому	
8	Думаю, что я правильно понимаю все происходящие события	
9	Каждый должен выполнять свой долг	
10	Нередко я поступаю не как надо, а как хочется	
11	Принимая решение, я стараюсь продумать его последствия	
12	Младшее поколение должно учиться у старших, как ему следует жить	
13	Я, как и многие люди, бываю обидчив	
14	Мне удастся видеть в людях больше, чем они говорят о себе	
15	Дети должны безусловно следовать указаниям родителей	
16	Я – увлекающийся человек	
17	Мой основной критерий оценки человека – объективность	
18	Мои взгляды непоколебимы	
19	Бывает, что я не уступаю в споре лишь потому, что не хочу уступать	
20	Правила оправданы лишь до тех пор, пока они полезны	
21	Люди должны соблюдать все правила независимо от обстоятельств	

#### Обработка результатов

Я-состояние	Суммируемые строки	Сумма баллов
Д	«Дитя»	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19
В	«Взрослый»	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20
Р	«Родитель»	3, 6, 9, 12, 15, 18, 21

Расположить результаты в порядке убывания и записать формулу потенциальных ролей.

#### Интерпретация

Если вы получили формулу **ВДР** – это значит, что вы обладаете развитым чувством ответственности, в меру импульсивны и не склонны к назиданиям и поучениям. Вам можно пожелать лишь сохранять эти качества и впредь. Они помогут в любом деле, связанном с общением, коллективным трудом, творчеством.

Хуже, если на первом месте стоит **«Р»**. Категоричность и самоуверенность противоположны, например, педагогу, организатору – словом, всем тем, кто в основном имеет дело с людьми, а не с машинами.

Например, если ваша формула имеет вид **РДВ**, то у вас могут возникнуть некоторые сложности, которые способны осложнить жизнь обладателю такой формулы. «Родитель» с детской непосредственностью режет «правду–матку», ни в чем не сомневаясь и не заботясь о последствиях. Но и тут нет поводов для уныния. Если вас не привлекает организаторская работа, шумные компании, и вы предпочитаете побыть наедине с книгой, кульманом или этюдником, то все в порядке. Если же нет, и вы захотите передвинуть свое «Р» на второе и даже на третье место, то это вполне осуществимо.

Сочетание ДВР говорит о непосредственности и эмоциональности как главных составляющих процесса общения. Но эти качества хороши до определенных пределов. Если они начинают мешать общению, то пора взять эмоции под контроль

«Д» на первом месте – это вполне приемлемый вариант, скажем, для научной работы. Эйнштейн шуточно объяснил причины своих научных успехов тем, что он развивался медленно, и над многими вопросами задумался лишь в том возрасте, когда люди обычно перестают о них думать. Но детская непосредственность хороша лишь до определенной степени. Если она начинает мешать делу, пора взять свои эмоции под контроль.

## **2.2. Выполнение упражнений**

### **«Родитель – Взрослый»**

Инструкция: Участники по парам говорят друг другу любые фразы с позиции Родителя, надо попытаться ответить с позиции Взрослого. Проанализировать, насколько трудно реагировать с позиции Взрослого.

### **Упражнение «Уговорить на субботник»**

Инструкция: Выбрать активного и гибкого участника для исполнения роли студента, которого уговаривают прийти на субботник, но тот отказывает очередному персонажу (однокурсники, староста, куратор, декан), их задача – убедить, уговорить студента. Анализ аргументации в каждом конкретном случае включает позицию партнеров (Родитель, Взрослый, Ребенок), переходы, трудности отказов.

### **Упражнение «Конфликты»**

Инструкция: Участники делятся по парам. Первый член пары обвиняет в чем-то другого, создавая ситуацию конфликта, типичного для семьи, школы, вуза. Второй член пары реагирует тремя разными способами: а) оправдывается и извиняется (с позиции ребенка, жертвы, заискивателя); б) использует «Ты – высказывание» для ответных обвинений (с позиции родителя, обвинителя, преследователя, бунтующего ребенка); в) использует «Я – высказывание» по схеме. Затем участники меняются ролями и придумывают новую ситуацию. Каждая пара показывает группе свою ситуацию и варианты решений.

## **3. Подведение итогов лабораторного занятия.**

### **Общие правила к оформлению работы:**

- в теоретической части д.б. прописаны все основные понятия, теоретические вопросы (кратко);
- в практической части д.б. оформлен ход проведения методики и сделаны выводы.

### **Литература:**

1. Берн Э. Игры в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – М., 1998.
2. Журавлев А.Л., Соснин В.А., Красников М.А. Социальная психология. – М.: Форум-Инфра-М, 2009.
3. Крысько, В.Г. Психология. Курс лекций: учебное пособие. – М.: ИНФРА-М, 2013.
4. Литвак М.Е. Психологическое айкидо. – Ростов н/Д.: Феникс, 2009.
5. Максимов А.М. Как разговорить собеседника, или Ремесло общения. – М., 2010.
6. Островский Э.В. Основы психологии: учебное пособие. – М.: Вузовский учебник, 2012.
7. Чеховских М.И. Психология: учебное пособие. – 5-е изд., стер. – М.: ИНФРА-М, 2011.