

# АНО ВО «НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ БИЗНЕСА»

Приложение 1  
к рабочей программе  
дисциплины (модуля)  
Б1.Б.06 «Психология»

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) Б1.Б.06 «ПСИХОЛОГИЯ»

<b>Направление подготовки</b>	<i>38.03.01 Экономика (уровень бакалавриата)</i>
<b>Направленность (профиль)</b>	<i>Финансы и кредит</i>
<b>Формы обучения</b>	<i>очная, очно-заочная, заочная</i>

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Методические рекомендации по подготовке к занятиям лекционного и семинарского типа	2
2	Методические рекомендации по подготовке выступления	3
3	Задания для самостоятельной работы обучающихся	4
4	Методические рекомендации по подготовке к зачету	11
5	Словарь основных терминов	12

### 1. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЗАНЯТИЯМ ЛЕКЦИОННОГО И СЕМИНАРСКОГО ТИПА

Самостоятельная работа, являясь основным видом обучения, предполагает изучение рекомендованных литературных источников, справочных материалов (основной и дополнительной литературы) в интересах доработки конспекта лекций и подготовки к занятиям семинарского типа.

Доработку лекции целесообразно осуществлять в течение 2-3-х дней после её проведения. Для этого необходимо прочитать сделанные записи, подчеркнуть (выделить) вопросы, заголовки и основные положения лекции, тщательно изучить ключевые слова и понятия данной темы занятия. В случае необходимости следует более подробно самостоятельно рассмотреть вопросы лекции, дополнив материалом из других источников. При этом следует учесть, что конспект лекции должен максимально полно раскрывать содержание изучаемой темы. В силу практической ориентированности дисциплины «Психология» следует не только просмотреть лекционные записи, изучить заданный материал по учебникам, но и регулярно анализировать информацию, представленную на рекомендованных ресурсах информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» по данной тематике.

Для проведения качественных семинарских занятий используются активные методы обучения, которые направлены на развитие самостоятельного мышления и способности квалифицированно решать нестандартные профессиональные задачи. Цель обучения – развивать мышление обучающихся, вовлечение их в решение проблем, расширение и углубление знаний и одновременное развитие практических навыков и умения мыслить, размышлять, осмысливать свои действия.

К семинарскому занятию следует готовиться заранее. Для этого необходимо детально изучить план семинарского занятия, подобрать соответствующую литературу. Желательно по каждому вопросу семинарского занятия сделать небольшой конспект, отразив в нем ключевые моменты.

В случае выбора темы выступления, рекомендованного на семинаре, целесообразно поставить об этом в известность преподавателя и проконсультироваться у него по поводу структуры и содержания выступления. Кроме выступления на семинаре, обучающийся должен быть готов к рецензированию выступлений, сделанных одноклассниками, внесению дополнений к имеющимся выступлениям, а также к решению тестов и практических задач.

В ходе подготовки к семинарскому занятию обучающийся должен повто-

ритель лекционный материал по данной теме, изучить рекомендованную основную и дополнительную литературу. В целях более полного усвоения учебного материала следует также изучить основные термины и вопросы для самоконтроля по данной теме. Подготовка к семинару должна обеспечивать активное участие каждого обучающегося в обсуждении всех вопросов, вынесенных для рассмотрения на каждом занятии.

Лекции и семинары направлены на развитие способности к самоорганизации и самообразованию, в связи с этим в рамках курса используются интерактивные методы и технологии обучения. Использование интерактивной модели обучения предусматривает моделирование профессиональных и жизненных ситуаций, использование ролевых игр, совместное решение проблем. При этом исключается доминирование какого-либо участника учебного процесса или какой-либо идеи. Актуально, чтобы студент принимал активное участие в процессе обучения, развивая необходимые в рамках профессионального образования, компетенции.

С целью более эффективного усвоения учебного материала обучающиеся в процессе самостоятельной работы должны использовать словарь основных терминов курса и вопросы, предназначенные для самоконтроля, а также подготовиться к решению тестов и задач, предназначенных для проведения семинаров.

## **2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ ВЫСТУПЛЕНИЙ**

При подготовке выступления по теме семинара необходимо обсудить с преподавателем план выступления и основные источники для подготовки; за неделю ознакомить преподавателя с ключевыми выводами по выступлению и подготовленными дополнительными материалами (таблицы, иллюстрации, графики, раздаточный материал); обязательно подготовить мультимедийную презентацию по теме выступления; выступление должно длиться не более 7 минут.

Критерием оценки является новизна и обоснованность выбора источников; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к устному выступлению; владение материалом. Важно обозначить проблему и обосновать её актуальность, сделать краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложить собственную позицию, сформулировать выводы.

Важно, чтобы тема была раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению мультимедийной презентации, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

В рамках выступления важно привести примеры, исходя из понимания психологии деятельности специалистов, включенных в экономическую деятельность.

Обучающийся должен использовать в своем выступлении термины из Словаря основных терминов дисциплины.

### 3. ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### а) при чтении лекций

**Тема 1. Предмет, объект и методы психологии. Место психологии в системе наук. История развития психологического знания и основные направления психологии.**

Рекомендации по составлению и доработке конспекта лекции

При изучении данной темы обучающиеся должны разобраться с основными понятиями, используемыми при изучении данной учебной дисциплины. Понять область изучаемых явлений. В конспекте должны быть раскрыты основные направления в психологии 20 – 21 вв..

Следует обратить внимание на то, что такое психика и ее основные функции. Следует также четко представлять суть основных методов современной психологии.

Ключевые слова: психология, психика, методы психологии, сознание, самосознание, бессознательное, образ, деятельность.

Задания и вопросы для самостоятельной работы

1. Изучить категориальный аппарат.
2. Доработать материалы лекции.
3. Подготовиться к семинару.
4. Подготовиться к работе на лекции по теме 2. Повторить вопрос: что такое психика.

Быть готовым к обсуждению этого вопроса в ходе лекции.

**Тема 2. Психика и организм. Функции психики и её развитие. Мозг и психика. Поведение и деятельность человека. Структура психики. Сознание, его структура и свойства. Соотношение сознания и бессознательного.**

Рекомендации по составлению и доработке конспекта лекции

В конспекте обязательно должна быть описаны основные стадии развития психики, функции психики; рассмотрены особенности головного мозга и принципы интеграции и переработки поступающей информации; проанализированы индивидуальность личности и специфика взаимодействия полушарий мозга.

При изучении данной темы обучающимся необходимо разобраться с основными понятиями «регуляция» и «саморегуляция».

Необходимо детально рассмотреть физиологический механизм ощущений, а также чувствительность, пороги ощущений.

Должно быть изучено понятие «восприятие», а также основные особенности восприятия.

Важно проанализировать уровни бытийного и рефлексивного сознания, а также их взаимодействие и структуру сознания.

Ключевые слова:

*Психика, нервная система, центральная нервная система, головной мозг, психическая реакция, регуляция, саморегуляция, ощущение, восприятие, сознание, самосознание, бессознательное.*

### Задания и вопросы для самостоятельной работы

1. Изучить категориальный аппарат.

2. Доработать материалы лекции.

3. Подготовиться к семинару.

4. Подготовиться к работе на лекции по теме 3. Повторить вопрос: «Психика и сознание. Объективные закономерности проявления психического и объяснение психологических процессов и явлений. Сознание и самосознание». Быть готовым к обсуждению этого вопроса в ходе лекции.

### **Тема 3. Психические процессы. Психические состояния и их проявление в поведении и деятельности. Психическая регуляция поведения и деятельности. Мотивация. Речь и общение.**

#### Рекомендации по составлению и доработке конспекта лекции

Необходимо оформить тезисный конспект по вопросам «Познавательные процессы» и «Интеллектуальные процессы».

Надо дать общую характеристику мнемонических и интеллектуальных процессов.

Желательно определить особенности психических состояний и их влияние на активность психических явлений, а также подходы к классификации психических состояний.

Надо содержательно развести составляющие состояния сна и состояния бодрствования.

Целесообразно попытаться выработать авторскую систему развития мотивации постижения профессии и развития речи человека на современном этапе.

Ключевые слова: познавательные процессы, внимание, память, интеллектуальные процессы, мышление, коэффициент интеллекта, воображение, психические состояния, сознание, состояние сна, состояние бодрствования, сновидение, мотивация, потребности, речь.

### Задания и вопросы для самостоятельной работы

1. Изучить категориальный аппарат.

2. Доработать материалы лекции.

3. Подготовиться к семинару.

4. Подготовиться к работе на лекции по теме 4. Повторить вопрос: Мотивационные образования и личность. Быть готовым к обсуждению этого вопроса в ходе лекции.

### **Тема 4. Личность как социальный феномен. Закономерности восприятия друг друга. Индивид, личность, индивидуальность и их соотношение. Самосознание. Самооценка. Саморазвитие.**

#### Рекомендации по составлению и доработке конспекта лекции

Необходимо определить суть основных понятий «Индивид, личность, индивидуальность».

Уметь объяснить три типа теорий личности: психодинамические, социодинамические и интеракционистские.

Знать движущие силы, условия и механизмы развития личности.

Оформить конспект темы, указав суть основных структурных образований направленности личности (мировоззрение, взгляды, убеждения и неосознанные побуждения личности, идеалы, потребности, мотивы, интересы, стремления).

В конспекте должна быть рассмотрены такие понятия как «Самосознание. Самооценка. Уровень притязаний».

Надо уметь объяснить суть понятий «Социальная роль» и «социальный статус».

Следует подробно раскрыть содержание социальных связей и социального взаимодействия..

Обязательно опишите формы межличностного взаимодействия и формирование привязанности и симпатии.

*Ключевые слова:* индивид,, личность, индивидуальность, психологические теории личности, развитие личности, активность личности, направленность личности, мировоззрение, взгляды, убеждения и неосознанные побуждения личности, идеалы, потребности, мотивы, интересы, стремления, самосознание, самооценка, уровень притязаний, социализация человека, социальная роль, социальный статус, социальные связи и социальное взаимодействие, привязанности, симпатия.

#### **Задания и вопросы для самостоятельной работы**

1. Изучить категориальный аппарат.
2. Доработать материалы лекции.
- 3.Подготовиться к семинару.
4. Подготовиться к работе на лекции по теме 5. Повторить вопрос: этнические особенности развития личности в гомогенной и гетерогенной социокультурной среде.

Быть готовым к обсуждению этого вопроса в ходе лекции.

### **Тема 5. Структура личности: способности, темперамент, характер. Эмоционально-волевая сфера личности.**

#### **Рекомендации по составлению и доработке конспекта лекции**

При изучении данной темы обучающиеся должны разобраться со структурой личности: способности, темперамент, характер. Уметь объяснить что такое темперамент, способности, характер.

Надо понять соотношение характера и темперамента, физиологические основы характера, а также характер и образ жизни человека: проблема национального, социального, профессионального характера..

В конспекте должны быть раскрыта важность понимания структуры способностей, уровни их развития. Важно уметь описать общее и различное одаренности, таланта, гениальности, а также компетенций и компетентности.

Следует обратить внимание на определение и общую характеристику эмоций и чувств, а также физиологические основы эмоций и чувств.

Также необходимо уяснить особенности эмоционально-психологических состояний: настроение, аффект, стресс, тревога, фрустрация, посттравматическое стрессовое расстройство, агрессии.

Важно уяснить роль эмоциональных состояний в поведении личности. Уметь объяснить особенности эмоционального интеллекта и его значение в системе непрерывного развития профессиональной компетентности личности.

Важно объяснить каким образом современный человек может развивать свою эмоциональную компетентность.

Важно уметь объяснить связь воли и направленности личности; сущность воли и ее физиологические основы.

*Ключевые слова:* способности, темперамент, характер, тип темперамента и тип высшей нервной деятельности, характер, задатки и способности, врожденное и приобретенное в способностях, настроение, аффект, стресс, тревога, фрустрация, посттравматическое стрессовое расстройство, агрессия, эмоциональный интеллект, эмоциональная компетентность, воля, борьба мотивов, locus контроля, экстернальные и интернальные личности.

#### **Задания и вопросы для самостоятельной работы**

1. Изучить категориальный аппарат.
2. Доработать материалы лекции.
3. Подготовиться к семинару.
4. Подготовиться к работе на лекции по теме 6. Ответить на вопрос «Эмоциональная компетентность и ее структура». Быть готовым к обсуждению этого вопроса в ходе лекции.

### **Тема 6. Психология взаимоотношений. Психология малой группы. Психология лидерства.**

#### **Рекомендации по составлению и доработке конспекта лекции**

Следует подробно изучить сущность и особенности особенности и классификацию межличностных отношений.

Целесообразно рассмотреть структуру и виды общения, а также функции общения. В конспекте должна быть раскрыта перцептивная сторона общения.

Следует обратить внимание на понятие и виды малой группы.

Уметь объяснить виды лидерства и стили руководства.

Уметь объяснить психологические основы конфликтологии. Уметь объяснить причины поведения воспринимаемого человека субъектом восприятия через внутренние и внешние причины.

Уметь объяснить суть основных стилей поведения в конфликтной ситуации.

Уметь объяснить что такое асертивность и психологические границы.

*Ключевые слова:* психология общения, общение, функции общения, перцептивная сторона общения, рефлексия, эмпатия, аттракция, стереотипизация, каузальная атрибуция, поведенческая компетентность, малая группа, референтная группа, уровни развития группы, феномен группового давления, групповая сплоченность, конфликтология, конфликты, индивидуальный стиль общения, асертивность.

#### **Задания и вопросы для самостоятельной работы**

1. Изучить категориальный аппарат.
2. Доработать материалы лекции.
3. Подготовиться к семинару.

4. Подготовиться к работе на лекции по теме 7. Повторить вопрос: Закономерности восприятия людьми друг друга и предупреждение причин возможных конфликтов. Быть готовым к обсуждению этого вопроса в ходе лекции.

### **Тема 7. Психология трудовой и профессиональной деятельности.**

#### Рекомендации по составлению и доработке конспекта лекции

При изучении данной темы обучающиеся должны разобраться с основными подходами к психологии трудовой деятельности, к психологии профессиональной деятельности.

Следует изучить методы исследования в психологии профессиональной деятельности.

В конспекте должны быть раскрыты особенности профессионального становления личности, а также стадии профессионального становления и развития. При этом следует обратить внимание на профессиональные деформации личности.

Также необходимо уяснить особенности акмеологии и ее основные понятия.

Важно определить особенности профессиональной самопрезентации.

Ключевые слова: психология трудовой деятельности, труд, психология профессиональной деятельности, профессиональное становление личности, стадии профессионального становления и развития, профессиональные деформации, эмоциональное\профессиональное выгорание личности, акмеология, профессиональная самопрезентация.

#### Задания и вопросы для самостоятельной работы

1. Изучить категориальный аппарат.
2. Доработать материалы лекции.
3. Подготовиться к семинару.

#### **б). При подготовке к семинарским занятиям**

В случае подготовки доклада по теме семинара обучающемуся необходимо проинформировать об этом преподавателя, группу и при необходимости проконсультироваться у преподавателя.

При подготовке доклада или выступления по теме семинара необходимо:

- обсудить с преподавателем план выступления и основные источники для подготовки;
- за неделю ознакомить преподавателя с ключевыми выводами по выступлению и подготовленными дополнительными материалами (таблицы, иллюстрации, графики, раздаточный материал);
- подготовить для выступления мультимедийную презентацию.

**Семинар по Теме 1. Предмет, объект и методы психологии. Место психологии в системе наук. История развития психологического знания и основные направления психологии.**

(для очной, очно-заочной форм обучения)

#### Задание для самостоятельной работы:

1. Изучить вопросы семинара.
2. Ответить на вопросы теста по теме семинара.



Подготовиться к тестированию по теме семинара.

Основная литература: 1.

Дополнительная литература: 2.

**Семинар по Теме 2. Психика и организм. Функции психики и её развитие. Мозг и психика. Поведение и деятельность человека. Структура психики. Сознание, его структура и свойства. Соотношение сознания и бессознательного.**

(для очной, очно-заочной и заочной форм обучения)

1. Изучить вопросы семинара.

2. Ответить на вопросы теста по теме семинара.

Подготовиться к тестированию по теме семинара.

Основная литература: 1.

Дополнительная литература: 2.

**Семинар по Теме 3. Психические процессы. Психические состояния и их проявление в поведении и деятельности. Психическая регуляция поведения и деятельности. Мотивация. Речь и общение.**

(для очной, очно-заочной форм обучения)

1. Изучить вопросы семинара.

2. Ответить на вопросы теста по теме семинара №3.

Подготовиться к тестированию по теме семинара.

Основная литература: 1.

Дополнительная литература: 1,2.

**Семинар по Теме 4. Личность как социальный феномен. Закономерности восприятия друг друга. Индивид, личность, индивидуальность и их соотношение. Самосознание. Самооценка. Саморазвитие.**

(для очной, очно-заочной и заочной форм обучения)

1. Изучить вопросы семинара.

2. Ответить на вопросы теста по теме семинара.

Подготовиться к тестированию по теме семинара.

Подготовиться к Тесту «Насколько вы ассертивны?»

Основная литература: 1.

Дополнительная литература: 1, 2.

**Семинар по Теме 5. Структура личности: способности, темперамент, характер. Эмоционально-волевая сфера личности.**

(для очной, заочной форм обучения)

1. Изучить вопросы семинара.

2. Ответить на вопросы теста по теме семинара.

Подготовиться к тестированию по теме семинара.

Основная литература: 1.

Дополнительная литература: 1, 2.

**Семинар по Теме 6. Психология взаимоотношений. Психология малой группы. Психология лидерства.**

(для очной, очно-заочной форм обучения)

1. Изучить вопросы семинара.

2. Ответить на вопросы теста по теме семинара.

Подготовиться к тестированию по теме семинара.

Подготовиться к тестированию «Оценка предпочтительных стратегий поведения в конфликтных ситуациях».

Основная литература: 1.

Дополнительная литература: 2.

**Семинар по Теме 7. Психология трудовой и профессиональной деятельности.**

(для очной, очно-заочной и заочной форм обучения)

1. Изучить вопросы семинара.

2. Ответить на вопросы тестов по теме семинара.

Подготовиться к тестированию по теме семинара.

Основная литература: 1.

Дополнительная литература: 2.

#### **4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЗАЧЕТУ С ОЦЕНКОЙ**

К зачету с оценкой необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине.

В самом начале изучения дисциплины познакомьтесь со следующей учебно-методической документацией:

- программой по дисциплине,
- перечень компетенций, которыми обучающийся должен владеть,
- учебно-тематическим планом дисциплины,
- контрольными мероприятиями,
- учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами,
- перечнем вопросов к зачету с оценкой.

В процессе обучения необходимо принимать активное участие в реализации лекционных, семинарских занятий; быть эффективно включенным в активные и интерактивные формы обучения, которые направлены на развитие самостоятельного мышления и способности квалифицированно решать нестандартные профессиональные задачи.

Необходимо в процессе обучения демонстрировать приращение знаний, развития компетенций при выполнении семинарских заданий для каждого обучающегося. В результате выполнения задания у каждого обучающегося к зачету подготовлена комплексная мультимедийная презентация, отражающая аспекты всех тем программы дисциплины через призму особенностей психологических знаний для специалистов в сфере экономики.

Систематическое выполнение учебной работы на занятиях лекционного и семинарского типа позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для сдачи зачета с оценкой.

## 5. СЛОВАРЬ ОСНОВНЫХ ТЕРМИНОВ

### А

**Авторитетность** – способность человека иметь определенный вес среди людей, пользоваться их признанием и уважением.

**Агрессивность (враждебность)** – поведение человека в отношении других людей, которое отличается стремлением причинить им неприятности, вред.

**Адаптация социально-психологическая** – результат взаимодействия личности и социальной среды, которое приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности и группы.

**Активность социальная** – поведение социальных субъектов (общества, классов, групп, личностей), воспроизводящее или изменяющее условия их жизнедеятельности и развивающее их собственную организационную структуру и психику.

**Активный досуг** – необходимый элемент здорового образа жизни наряду с трудом, общественно – политической деятельностью и бытом.

**Альтруизм** – черта характера, побуждающая человека бескорыстно приходить на помощь другим людям.

**Антропогенез** – учение о происхождении человека.

**Архетип** – неосознаваемая базовая схема представлений, тенденция к образованию общих для людей представлений независимо от их этнической принадлежности, языка. Культурных традиций, уровня психического развития.

**Ассоциация** – соединение, связь психических явлений друг с другом.

**Аттракция** – процесс взаимного тяготения людей друг к другу, формирование привлекательности одного человека для других, механизм формирования привязанностей, дружеских чувств, симпатий и любви.

### Б

**Барьер психологический** – внутреннее препятствие психологической природы (заикание, боязнь неуверенность и т.п.), мешающее человеку успешно выполнять некоторые действия.

**Бессознательное** – совокупность психических явлений, не осознаваемых человеком.

**Билингвизм** – функционирование двух языков для обслуживания нужд этнического коллектива и его отдельных членов; отличается от простого знания еще одного языка наравне с родным и предполагает возможность пользоваться разными языками в разных ситуациях.

### В

**Валидность теста** – адекватность и действенность теста, важнейший критерий его доброкачественности, характеризующий точность измерения исследуемого психологического свойства или явления, а также насколько тест отражает то, что он должен оценивать, насколько отдельные составляющие его пробы адекватны исследуемой проблеме.

**Вербальный (словесный)** – термин, применяемый в психологии для обозначения форм знакового материала, а также процесса оперирования с этим материалом.

**Взаимоотношения межличностные** – субъективные связи и отношения, существующие между людьми в обществе.

**Влечение** – желание или потребность что-либо сделать, побуждающее человека к соответствующим действиям.

**Внутригрупповой фаворитизм** – стремление каким-либо образом благоприятствовать членам собственной группы в противовес членам другой группы.

**Восприятие человеком человека** – процесс психологического познания людьми друг друга в условиях непосредственного общения.

## Г

**Групповая динамика** – область социально-психологических исследований, изучающая закономерности поведения, общения и взаимовлияния людей друг на друга в малых группах.

**Групповая оценка личности** – социально-психологический метод, основанный на оценках разнообразных качеств и поведения конкретных людей, даваемых лицами, достаточно близко с ними знакомыми.

**Гуманизм** – мировоззрение, основанное на признании ценности человека как личности, его права на свободное развитие и проявление своих способностей, утверждение блага человека как критерия оценки общественных отношений.

## Д

**Депрессия** – состояние душевного расстройства подавленности, характеризующееся упадком сил и снижением активности.

**Деятельность групповая** – возникает при объединении людей для достижения общих целей.

**Диагностика социально-психологическая** – теория и практика выявления социально-психологических характеристик групп людей.

**Диспозиция** – готовность, предрасположенность субъекта к поведенческому акту, действию, поступку, их последовательности.

**Дистресс** – отрицательное влияние стрессовой ситуации на деятельность человека вплоть до ее разрушения.

**Достижения мотив** – внутренне относительно устойчивое стремление человека к успехам в различных видах деятельности.

## Ж

**Жест** – движение рук человека, выражающее его внутреннее состояние и указывающее на какой-либо объект во внешнем мире.

**Житейское понятие** – донаучное понятие, образующееся вне специального обучения при усвоении значений слов на бытовом уровне.

## И

**Идентификация** – перенесение личностных качеств другого человека на себя, стремление актуализировать в своей личности те же качества, которыми обладает выбранный образец.

**Импульсивность** – особенность поведения человека, заключающаяся в склонно-

сти действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций.

**Индивидуальность** – своеобразное сочетание индивидуальных свойств человека, отличающее его от других людей.

**Индивидуальный стиль деятельности** – устойчивое сочетание особенностей выполнения разных видов деятельности одним и тем же человеком.

**Инстинкт** – врожденная малоизменяемая форма поведения, обеспечивающая приспособление организма к типичным условиям его жизни.

**Интеграция групповая** – согласованность, упорядоченность и стабильность системы внутригрупповых процессов.

**Интеллектуальные тесты** – стандартный метод оценки способности индивидуума усваивать новый материал, решать задачи с элементами абстракции и ориентироваться в новой ситуации.

**Интеллектуальный коэффициент** – показатель уровня умственного развития по отношению к возрасту, выводится путем деления умственного возраста (определяемого с помощью тестов на общее интеллектуальное развитие) на хронологический возраст и умножения на 100.

**Интерес** – избирательное, эмоционально окрашенное отношение человека к действительности, одна из характеристик личности.

**Интерференция** – нарушение нормального хода одного процесса вмешательством другого.

**Интроверсия** – обращенность сознания человека к самому себе, его поглощенность собственными проблемами и переживаниями, сопровождаемая ослаблением внимания к тому, что происходит вокруг.

**Интроспекция** - метод изучения психических процессов (сознания, мышления) самим лицом, переживающим эти процессы; самонаблюдение.

**Инфантилизм** – проявление детских черт в поведении взрослого человека.

## К

**Катарсис** – очищение, душевное облегчение наступающее у человека после стресса.

**Качества процесса обучения** – свойства, признаки этого процесса, при которых может быть обеспечена эффективность обучения, соответствующая общественным потребностям и времени.

**Климат социально-психологический** – психологический настрой в группе или коллективе.

**Коммуникация** – в социальной психологии передача информации, сообщений, сведений между людьми, может иметь как двусторонний, так и односторонний характер.

**Компенсация** – способность человека избавляться от переживаний по поводу собственных недостатков за счет усиленной работы над собой и развития других позитивных качеств.

**Комплекс неполноценности** – сложное состояние человека, связанное с недостатком каких-либо качеств (способностей, знаний, умений и навыков) и сопровождаемое глубокими негативными эмоциональными переживаниями.

**Комплиментарность** – взаимная симпатия индивидов, определяющая деление на «своих» и «чужих».

**Конфликт внутриличностный** – состояние неудовлетворенности человека какими-либо обстоятельствами его жизни, связанное с наличием противоречащих друг другу интересов, стремлений и потребностей.

**Кризис** – состояние душевного расстройств, вызванное длительной неудовлетворенностью человека собой и своими взаимоотношениями с окружающим миром.

## Л

**Локус контроля** – устойчивое свойство личности, сформированное в процессе ее социализации; характеризует склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности либо внешним силам, либо собственным способностям и усилиям.

## М

**Межгрупповые отношения** – субъективное отношение многообразных связей, возникающих между социальными группами, а также обусловленный им способ взаимодействия групп.

**Межличностные отношения** – субъективно переживаемая связь между людьми.

**Менталитет** – относительно целостная совокупность мыслей, верований, создающих картину мира и скрепляющих единство культурной традиции или какой-либо общности.

**Мировоззрение личности** – система взглядов на природу, общество, других людей и самого себя, которая сложилась у человека и определяет его линию поведения, жизнедеятельность.

**Мотивация** - побуждение к действию; психофизиологический процесс, управляющий поведением человека, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

## Н

**Намерение** – сознательное желание, готовность что-либо сделать.

**Национальное сознание** – одна из форм группового сознания, система взглядов, идей, представлений этнической группы, возникающих на основе взаимодействия с другими этническими группами и отражающих отношение к ним, а также состояние и формы самосознания роли места своей этнической группы.

**Нормы групповые** – принятые в данной общности стандарты поведения, регламентирующие отношения людей.

## О

**Образ жизни** – система разновидностей материальной и духовной жизнедеятельности в единстве с объективными условиями, характерная для того или иного общества, класса, социальной группы, коллектива, личности.

## П

**Переживание** – ощущение, сопровождаемое эмоциями.

**Поколение** – совокупность людей, родившихся в один и тот же период, находящихся в любой момент в равном или почти равном возрасте.

**Поступок** – сознательно совершенное человеком управляемое волей действие, исходящее из определенных убеждений.

**Профессиональная культура** – высокий уровень знаний, умений и навыков в определенной области трудовой деятельности.

**Психологическая культура** – совокупность имеющихся у индивида, группы или этноса представлений о психике; используемые формы регулирования и развития психики.

**Психологическая совместимость людей** – способность людей находить взаимопонимание, налаживать деловые и личные контакты, сотрудничать друг с другом.

## Р

**Релаксация** – расслабление.

**Рефлексия** – способность сознания человека сосредоточиться на самом себе.

## С

**Самоопределение личности** – осознание человеком своего места в жизни, в обществе.

**Самообразование** - приобретение знаний путём самостоятельных занятий, без помощи преподавателя\наставника.

**Самооценка** – оценка человеком собственных качеств, достоинств, недостатков.

**Самореализация личности** – наиболее полное выявление личностью своих индивидуальных и профессиональных возможностей.

**Саморегуляция** – процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками.

**Симпатия** – чувство эмоциональной предрасположенности к человеку, повышенный интерес и влечение к нему.

**Совместимость** – способность людей работать вместе успешно решать задачи, требующие от них согласованности действий и хорошего взаимопонимания.

**Совместимость групповая** – один из компонентов групповой сплоченности.

**Сопереживание** – испытание человеком тех же самых чувств и эмоций, которые характерны для находящихся рядом с ним людей.

**Социально-психологические отношения** – различные формы взаимосвязи людей, возникающие в процессе их совместной жизнедеятельности.

**Социальная дистанция** – степень близости или отдаленности социальных либо этнических общностей, групп, отдельных людей.

**Социальная установка** – состояние психики, характеризующееся готовностью человека реагировать определенным образом на то, что связано с актуальной для него потребностью и ситуацией.

**Социальный стереотип** – упрощенное, схематизированное, характерное для сферы обыденного сознания представление о каком-либо социальном объекте.



**Социум** – большая группа людей, объединенная на основе общности территории, экономики, политики, выработавшая единые поведенческие требования (законы и социальные нормы) к различным сторонам жизни.

**Сплоченность групповая** – характеристика степени связанности, единения членов группы.

**Статус** – понятие, обозначающее положение человека в системе межличностных отношений и меру его психологического влияния на членов группы.

**Стереотип** – схематизированная модель, программа поведения; упрощенный образ какого-либо явления, фиксирующий лишь некоторые, иногда несущественные, черты.

**Стиль общения** – индивидуальная стабильная форма коммуникативного поведения человека, проявляющаяся в любых условиях взаимодействия – в деловых и личных отношениях, в стиле руководства и т.д.

**Стремление** – желание и готовность действовать определенным образом.

**Стресс** – состояние душевного (эмоционального) и поведенческого расстройства, связанное с неспособностью человека целесообразно и разумно действовать в сложившейся ситуации.

**Суггестия** – внушение.

**Схема мышления** – система понятий или логика рассуждений, привычно применяемых человеком при встрече с незнакомым объектом или новой задачей.

## Т

**Тревожность** – свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях.

**Трудности общения** – коммуникативные и психологические барьеры, возникающие в процессе различных видов общения.

## У

**Убежденность** – уверенность человека в своей правоте, подтверждаемая соответствующими аргументами и фактами.

**Уровень притязаний личности** – стремление к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным.

**Установка социальная** – социально-психологическое понятие, обозначающее готовность индивида или группы определенным образом реагировать на те или иные явления социальной действительности.

**Утомление** – состояние усталости, сопровождаемое пониженной работоспособностью.

## Ф

**Фанатизм** – чрезмерная увлеченность человека чем-либо, сопровождаемая снижением контроля за своим поведением, не критичностью в суждениях об объекте своей увлеченности.

**Фрустрация** – тяжелое переживание человеком своей неудачи, сопровождающееся чувством безысходности, крушения надежд в достижении определенной желаемой цели.

## Ц

**Ценности социальные** – общественная значимость материальных объектов, социально-политических и духовных образований для человека, коллектива, социальной группы, общества в целом.

## Ч

**Черта личности** – устойчивая характеристика личности, определяющая характерное для нее поведение и мышление.

## Э

**Эгоцентризм** – сосредоточенность сознания и внимания человека исключительно на самом себе, сопровождающаяся игнорированием того, что происходит вокруг.

**Эйфория** – состояние чрезмерной веселости, обычно не вызванное какими-либо объективными обстоятельствами.

**Экстраверсия** – обращенность сознания и внимания человека в основном на то, что происходит вокруг него (противоположна интроверсии).

**Эмоциональность** – характеристика личности, проявляющаяся в частоте возникновения разнообразных эмоций и чувств.

**Эмпатия** – способность человека к сопереживанию и сочувствию другим людям, к пониманию их внутренних состояний.

**Этнический темперамент** – внешнее выражение национального характера, наиболее ярко проявляется в особенностях общения (темп речи, движения, жесты, дистанция).