

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
(СПбГИПСР)**

**КАФЕДРА ОБЩЕЙ, ВОЗРАСТНОЙ И ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы,  
кандидат психологических наук, доцент,  
доцент кафедры общей и консультативной психологии

Л.В. Кузьменкова

«10» июня 2021 г

**Рабочая программа дисциплины**

**ОБЩЕПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ Ч. 2**

по образовательной программе 37.03.01 Психология

Разработчик: канд. психол. наук, доцент, Бондарева Мария Олеговна

**Санкт-Петербург**

**2021**

## **РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины**

### **1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины ОБЩЕПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ Ч.2**

**Цель изучения дисциплины:** практическое ознакомление студентов с методами организации и проведения психологических исследований, с арсеналом психологических методов исследования.

**Задачи дисциплины:**

1. Сформировать у студентов представление о психологическом исследовании и условиях его проведения;
2. Ознакомить с приемами организации и планирования психологического эксперимента;
3. Научить ориентироваться во всем многообразии психологических методов, понимать их преимущества и недостатки, уметь производить обоснованный выбор методов в соответствии с конкретными практическими задачами;
4. Сформировать понимание необходимости проведения всего комплекса мероприятий, обеспечивающих адекватность метода в конкретных условиях его применения;
5. Ознакомить с основными видами и процедурами психологического измерения в исследовательских и прикладных работах;
6. Выработать навыки самостоятельного планирования психологического исследования.

**Содержание дисциплины:**

Экспериментальный метод в психологии  
 Исследование психических состояний  
 Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств  
 Исследование мотивации и воли  
 Исследование поведения

### **1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине**

**Цель** – практическое ознакомление студентов с методами организации и проведения психологических исследований, с арсеналом психологических методов исследования.

**Задачи:**

1. Сформировать у студентов представление о психологическом исследовании и условиях его проведения;
2. Ознакомить с приемами организации и планирования психологического эксперимента;
3. Научить ориентироваться во всем многообразии психологических методов, понимать их преимущества и недостатки, уметь производить обоснованный выбор методов в соответствии с конкретными практическими задачами;
4. Сформировать понимание необходимости проведения всего комплекса мероприятий, обеспечивающих адекватность метода в конкретных условиях его применения;
5. Ознакомить с основными видами и процедурами психологического измерения в исследовательских и прикладных работах;
6. Выработать навыки самостоятельного планирования психологического исследования.

В случае успешного освоения дисциплины студенты **должны:**

**знать:**

- основные методы исследования в психологии;
- процедуры получения и описания эмпирических данных;
- стандартные способы представления, обработки и анализа результатов;
- планирование эмпирических исследований;
- виды наблюдения и беседы в психологии;
- психологические измерения;
- типы шкал;
- эксперимент и его разновидности;
- корреляционные исследования

**уметь:**

- использовать базовые методы первичной статистики;
- ориентироваться в системе психологических методов.

**иметь навыки:**

- ведения, обработки и интерпретации протоколов;
- создания психологического и поведенческого портретов личности на основе наблюдения;

### 1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

### 1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации\*

Форма обучения	Общий объём дисциплины			Объем в академических часах								
				Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							
	Всего	Виды учебных занятий					В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах					
		Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа	Групповые консультации		Индивидуальные консультации				
В зач.ед.	В астрон. часах	В академ. часах										
Очная	2	54	72	38	34	32	12	20	-	-	10	2
Очно-заочная	2	54	72	48	24	22	10	12	-	-	8	2
Заочная	2	54	72	62	10	8			8	-	4	2

\* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

### 1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-9, ОПК-1, с ПК-1 по ПК-14, ВПК-1	- способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7); способность к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности (ПК-6); - способность к проведению стандартного прикладного исследования в определённой области психологии (ПК-8).

## РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Учебно-тематический план дисциплины

#### Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия практического типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Экспериментальный метод в психологии	6	2	4	-
Тема 2. Исследование психических состояний	6	2	4	-
Тема 3. Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств	7	2	5	5
Тема 4. Исследование мотивации и воли	9	4	5	5
Тема 5. Исследование поведения	4	2	2	
<b>Итого:</b>	<b>32</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>10</b>

#### Очно-заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия практического типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Экспериментальный метод в психологии	3	2	1	-
Тема 2. Исследование психических состояний	4	2	2	-
Тема 3. Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств	6	2	4	4
Тема 4. Исследование мотивации и воли	4	2	4	4
Тема 5. Исследование поведения	3	2	1	
<b>Итого:</b>	<b>22</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>8</b>

### Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия практического типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Экспериментальный метод в психологии	-	-	-	-
Тема 2. Исследование психических состояний	2	-	-	-
Тема 3. Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств	2	-	-	-
Тема 4. Исследование мотивации и воли	2	-	-	-
Тема 5. Исследование поведения	2	-	-	-
<b>Итого:</b>	<b>8</b>	-	-	-

## 2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

### Тема 1. Экспериментальный метод в психологии

Эксперимент и его разновидности в различных психологических школах. Эксперимент как тип исследования в психологии. Лабораторный психологический эксперимент: сущность, разновидности. Достоинства и недостатки лабораторного исследования. Факторы, влияющие на результаты лабораторного психологического эксперимента. Организация и условия проведения экспериментального психологического исследования.

### Тема 2. Исследование психических состояний

Методологические и методические аспекты оценки психического состояния. Надежность, эффективность недостатки различных методических подходов в оценке и классификации психических состояний.

Физиологические методы, оценка состояния с помощью ЭЭГ, ВП, КГР, ЭОГ, исследования сердечной деятельности, ЭМГ, изучения дыхания, изучения биохимических реакций, с помощью изучения изменения терморегуляции.

### Тема 3. Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств

Изучение вегетативных проявлений эмоций. Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии. Распознавание эмоций по выражению лица.

### Тема 4. Исследование мотивации и воли

Методы исследования мотивации и мотивов. Наблюдение для определения причин действий и поступков человека. Методика изучения силы и устойчивости мотива. Методики изучения мотивации поведения в группе.

Теоретические аспекты проблемы воли и волевой регуляции. Подходы к изучению воли (мотивационный, регуляционный, свободного выбора). Структура волевого акта. Волевая регуляция. Волевое усилие. Развитие и коррекция волевого поведения. Волевые качества.

Классификация методов изучения воли. Надежность, эффективность, недостатки различных методических подходов в изучении волевых проявлений личности. Современные бланковые и экспериментальные методики изучения волевых качеств.

### **Тема 5. Исследование поведения**

Методы исследования поведения. Шкалы наблюдения за поведением. Методы исследования группового поведения.

### **2.3. Описание занятий семинарского типа**

#### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.**

#### **ТЕМА: ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЙ МЕТОД В ПСИХОЛОГИИ**

**Цель:** ознакомиться с методом эксперимента в психологии.

**Понятийный аппарат:** понятие эксперимента, виды эксперимента (лабораторный, естественный, полевой, поисковый, пилотажный, подтверждающий, констатирующий, формирующий). Структура эксперимента. Экспериментальные переменные (независимые, зависимые, дополнительные) и способы их контроля. Экспериментальная выборка. Экспериментальный план.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Что является главной целью экспериментального метода?
2. Какие виды эксперимента вы можете назвать?
3. Какие эксперименты выделяются в зависимости от цели исследования?
4. Раскройте структуру психологического эксперимента.
5. Какие экспериментальные переменные существуют?
6. Что понимается под экспериментальной выборкой?
7. Какие бывают критерии формирования выборки?
8. Какие стратегии отбора испытуемых Вы можете назвать?
9. Что подразумевается под экспериментальным планом?

#### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.**

#### **ТЕМА: ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ**

**Цель:** рассмотреть особенности психических состояний, ознакомиться с методикой О.А.Прохорова «Рельеф психического состояния» для изучения основных сторон психического состояния: психических процессов, физиологических реакций, переживаний и поведения.

**Понятийный аппарат:** понятие психических состояний, методы и пути изучения психических состояний (Д.Н.Левитов, Ю. Е. Сосновикова, Е.П. Ильин, А.Б.Леонова). Объективные методы исследования психических состояний и субъективные методы (методика самоотчета)

**Вопросы для обсуждения:**

1. Какие группы методов выделяют при изучении психических состояний?
2. В чём заключаются субъективно-оценочные методы диагностики психического состояния?
3. В чём заключаются преимущества субъективных методов исследования психических состояний? Какие недостатки есть у этих методов?
4. Для чего может применяться в практической работе метод самоотчёта?
5. Что выступает разновидностью метода самоотчёта?
6. В чём преимущества дифференцированной самооценки психического состояния?

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.**

**Тема 3. Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств**

**Цель:** ознакомиться с методами изучения экспрессивного компонента эмоций.

**Понятийный аппарат:** вегетативные проявления эмоций, экспрессивный компонент эмоций, распознавание эмоций, выражение лица.

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.**

**ТЕМА: ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ И ВОЛИ**

**Цель:** ознакомиться с методикой «Ценностные ориентации» Рокича.

**Понятийный аппарат:** понятие эмоционально-волевых процессов, теории воли, мотивационный подход в психологии, волевое и произвольное действие, признаки волевого поведения, волевая регуляция личности, волевые свойства личности, нарушения волевого контроля, методы исследования мотивации, ценностей, воли.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Как трактуется феномен воли в психологических теориях?
2. Перечислите признаки, по которым различаются мотив и воля?
3. Каковы основные признаки волевого действия?
4. Каковы механизмы совершения волевого усилия?
5. Какие виды ценностей выявляет методика Рокича?

6. В чем состоят особенности работы с методикой «Ценностные ориентации»?

## **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.**

### **ТЕМА: ИССЛЕДОВАНИЕ ПОВЕДЕНИЯ**

**Цель:** рассмотреть методы исследования поведения. Эмпирическое исследование агрессивности, ознакомление с методикой исследования видов агрессивного поведения Басса-Дарки.

**Понятийный аппарат:** определение поведения человека, наблюдаемые признаки поведения человека, вербальное и невербальное поведение, классификация методов исследования поведения (наблюдение, социометрические методы, опросники).

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Какие методы исследования поведения получили наибольшее распространение?
2. Какие задачи решаются с помощью наблюдения за поведением человека?
3. Какие поведенческие признаки являются выражением внутренней психической жизни?
4. Какие требования необходимо учитывать при построении программы исследования поведением?
5. Какие виды агрессивного поведения измеряет методика Басса-Дарки?
6. Какие интегральные показатели присутствуют в данной методике? В чем состоит их смысл?

## **2.4. Описание занятий в интерактивных формах**

**Интерактивное занятие к теме 3 «Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств».**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика *презентации и обсуждения групповых исследовательских работ студентов*. Такая форма интерактивных занятий предполагает подготовку на занятии индивидуальных или групповых работ, с последующей презентацией результатов; задания носят исследовательский и прикладной характер. Организуются парная и групповая работы, в ходе работы идет обмен знаниями, идеями, способами деятельности. осуществляется работа с учебными материалами и различными источниками информации. Интерактивные методы основаны на принципах взаимодействия, активности обучаемых, опоре на групповой опыт, обязательной обратной связи. Создается среда образовательного общения, которая характеризуется открытостью, взаимодействием участников, равенством их аргументов, накоплением совместного знания, возможностью взаимной оценки и контроля.

Целью данного занятия является овладение способами саморегуляции состояний, методами аутогенной тренировки и её модификациями в частности.



### Методика «Аутогенная тренировка»

Основанием для метода аутогенной тренировки (АТ) служит использование приемов самовнушения. Реализация самовнушений происходит путем повторения вербальных формулировок в виде самоприказов – так называемых формул самовнушения – и оперирования ими в соответствии с заранее заданной целью.

В качестве примеров студентам могут быть предложены следующие методики АТ: психорегулирующая тренировка (ПРТ) в варианте Л. Д. Гиссена (1973) и модификация АТ (А. Б. Леонова, А. С. Кузнецова, 1993). Психорегулирующая тренировка является одним из вариантов аутотренинга, активно используемого в России с начала 1970-х гг. в практике спорта высших достижений. Методика Леоновой, входящая в состав комплексной программы обучения приемам ПСР и специально разработанная в профессионально-прикладных целях, в настоящее время получила широкое распространение и используется для оптимизации ФС персонала во время рабочих перерывов.

Студенты делятся на мини-группы по 4-6 человек, в группе выбирается ведущий, который берёт на себя функции координатора и отвечает за результаты проведения занятия по овладению методами саморегуляции.

Текст методики психорегулирующей тренировки

Успокаивающая часть ПРТ

Первая группа формул (вводная):

1. Я успокаиваюсь.
2. Круг моего внимания сужается до границ моего тела.
3. Чувствую и контролирую только самого себя.
4. Чувствую и мысленно вижу свое лицо.
5. Оно (лицо) спокойно, расслабленно, неподвижно.
6. Чувствую и мысленно вижу свое тело.
7. Оно (тело) спокойно, расслабленно, неподвижно.
8. Я успокоился.
9. Мой организм отдыхает.
10. Я спокойно и приятно отдыхаю.

**Вторая группа формул:**

1. Мое внимание направлено на мои руки.
2. Я чувствую и мысленно вижу свои руки.
3. Мышцы моих рук еще больше расслабляются.
4. Еще больше расслабляются мышцы моих плеч... предплечий... кистей... пальцев.
5. Все мышцы моих рук полностью расслаблены.

6. Я чувствую, как расслабленные, мягкие мышцы моих рук начинают обильно наполняться кровью и теплеть.

7. Наполняются кровью и теплеют мышцы пальцев... кистей... предплечий... плеч.

8. Все мышцы моих рук полностью расслаблены и теплы.

9. Все мышцы моих рук отдыхают.

10. Я спокойно и приятно отдыхаю. Третья группа формул:

11. Мое внимание направлено на мои ноги.

12. Я чувствую и мысленно вижу свои ноги.

13. Мышцы моих ног еще больше расслабляются.

14. Еще больше расслабляются мышцы бедер... голеней... голеностопов... ступней.

15. Все мышцы моих ног полностью расслаблены.

16. Я чувствую, как расслабленные мягкие мышцы моих ног начинают обильно наполняться кровью и теплеть.

17. Наполняются кровью и теплеют мышцы ступней... голеностопов... голеней... бедер.

18. Все мышцы моих ног полностью расслаблены и теплы.

19. Все мышцы моих ног и рук отдыхают.

20. Я спокойно и приятно отдыхаю. Четвертая группа формул:

21. Мое внимание направлено на мышцы моего туловища.

22. Я чувствую и мысленно вижу мышцы моего туловища.

23. Мышцы моего туловища еще больше расслабляются.

24. Еще больше расслабляются мышцы шеи... спины... груди... живота.

25. Все мышцы моего туловища полностью расслаблены.

26. Я чувствую, как расслабленные мягкие мышцы моего туловища начинают обильно наполняться кровью и теплеть.

27. Наполняются кровью и теплеют мышцы моей шеи и спины груди и живота.

28. Все мышцы моего туловища расслабленные и теплые.

29. Все мои мышцы отдыхают.

30. Я спокойно и приятно отдыхаю. Пятая группа формул:

31. Мое внимание направлено на грудную клетку.

32. Я чувствую и контролирую свое дыхание.

33. Оно (дыхание) спокойное, легкое, свободное.

34. Чувствую и мысленно вижу, как работает мое сердце.

35. Сердце сокращается спокойно и уверенно.

36. Мое сердце работает хорошо.

37. Чувствую и контролирую своим вниманием свой живот.

38. Мой живот мягкий и теплый.
39. Все в моем организме отдыхает.
40. Я приятно и спокойно отдыхаю.

Мобилизационная часть ПРТ в двух вариантах: активизации и тонизации  
 Формулы активизации:

1. Мой организм набрался сил.
2. Уходит чувство тепла и расслабленности из всех моих мышц.
3. Все мои мышцы становятся легкими и упругими.
4. Мое внимание на моем лице.
5. Мышцы моего лица подвижны.
6. Сонливость рассеялась.
7. Я все бодрее и бодрее.
8. Все мои мышцы легки и упруги.
9. Дышу глубоко.
10. Моя голова отдохнувшая, ясная.
11. Мое самочувствие хорошее, бодрое.
12. Я полон энергии.
13. Я готов действовать.
14. Встаю! (Резко встать.) Формулы тонизации:
  1. Уходит чувство тяжести и расслабленности из моих рук, моих ног, из всего моего тела.
  2. Мое дыхание углубляется, становится чаще.
  3. Я чувствую, как выдыхаемый воздух холодит мои ноздри.
  4. Прохлада охватывает все мое лицо.
  5. Как будто приятный ветерок обдувает меня.
  6. Прохладным стал мой лоб, мои виски.
  7. Мышцы моего лица стали легкими, подвижными.
  8. Приятный холодок пробежал по шее, плечам, спине.
  9. Я становлюсь все бодрее и бодрее.
  10. Самочувствие отличное.
  11. Готов действовать.
  12. Встать!

После проведения занятия по овладению методами аутогенной тренировки студенты делятся полученным опытом, дают обратную связь относительно особенностей своего психического и физического самочувствия.

Контрольные вопросы

1. Какие Вы знаете методы саморегуляции своего психического состояния?
2. Как Вы можете раскрыть понятие «психическое состояние», какие уровни психического состояния выделяются?
3. Какие виды аутогенной тренировки Вы можете назвать?
4. По каким признакам можно проследить динамику изменения психического состояния в процессе аутогенной тренировки?

#### **Интерактивное занятие к теме 4 «Исследование мотивации и воли»**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика *обсуждения практических работ студентов, проводимых в группе*. Такая форма интерактивных занятий предполагает подготовку на занятии индивидуальных работ, с последующей презентацией результатов и обсуждение их в группе, задания носят исследовательский и прикладной характер. При обсуждении организуются парная и групповая работа. Интерактивные методы основаны на принципах взаимодействия, активности обучаемых, опоре на групповой опыт, обязательной обратной связи. Создается среда образовательного общения, которая характеризуется открытостью, взаимодействием участников, равенством их аргументов, накоплением совместного знания, возможностью взаимной оценки и контроля.

Целью данного занятия является ознакомление с методикой Е.П.Ильина, которая позволяет определить потребность человека в активности и выявить уровень общего внутреннего энергетического потенциала человека.

#### **Графический тест «Определение потребности в активности»**

Тест разработан Е. П, Ильиным (1972) и показывает уровень внутреннего энергетического потенциала человека для проявления им активности.

Тест основан на определении дифференцированных пространственных порогов при увеличении и уменьшении амплитуд движений руки по отношению к эталонной (выбранной испытуемым или заданной экспериментатором) амплитуде. У лиц с высоким энергетическим потенциалом дифференциальные пороги при увеличении эталонной амплитуды движения больше, чем при уменьшении эталонной амплитуды. У лиц с низким энергетическим потенциалом наблюдается обратная закономерность. При проведении этой методики студенты делятся на пары, и поочередно выступают в роли экспериментатора и испытуемого.

#### **Инструкция (проведение тестирования)**

Испытуемый, сидя за столом, с закрытыми глазами чертит на листке бумаги небольшую горизонтальную линию (до 2,5 см), которая для последующих движений будет эталонной. Затем, не открывая глаз, под этой линией он должен начертить линию чуть длиннее. Это повторяется четыре раза, и каждый раз эталон испытуемый выбирает заново. В следующей серии испытуемый, начертив небольшую линию (также до 2,5 см), в повторном движении

должен постараться начертить линию, чуть короче первой. Пробы с уменьшением амплитуд движений руки тоже повторяются четыре раза, причем и в этом случае каждый раз эталон выбирается заново. Затем все это продельвается на больших амплитудах движений (чертятся при закрытых глазах линии, равные 5-7 см). Весь порядок начертания линий такой:

Начертить небольшую линию. Начертить линию чуть длиннее И так еще три раза.

Начертить небольшую линию. Начертить линию чуть короче

И так еще три раза.

Начертить большую линию. Начертить линию чуть длиннее

И так еще три раза. Начертить большую линию. Начертить линию чуть короче

И так еще три раза.

### **Обработка результатов и выводы**

Измеряется длина каждой линии и определяется, сколько миллиметров каждый раз прибавлял испытуемый к эталону и сколько убавлял. Если ему это в каких-то попытках сделать не удалось (разница равна нулю или отрицательна), то эти попытки во внимание не принимаются. Суммируются отдельно: а) все значения увеличения длины линий при малых амплитудах движений руки (сумму обозначим — «а»), б) все значения уменьшения при малых амплитудах («б»), в) все значения увеличения при больших амплитудах («в»), г) все значения уменьшения при больших амплитудах («г»).

После этого сравнивают «а» — с «б» и «в» — с «г». Если «а» больше «б» и «в» больше «г», то у обследованного имеется высокая потребность в активности; если «б» больше «а» и «г» больше «в», то у обследованного имеется низкая потребность в активности. Если «а» больше «б», а «г» больше «в», то у обследованного имеется средняя потребность в активности. Вариант: «а\* < «б» и «в» > «г» свидетельствует о временном парабиотическом состоянии обследованного, вызванного утомлением, недосыпанием и прочими причинами. Исследование следует тогда повторить в другой день.

Полученные результаты обсуждают в группе.

Вопросы для обсуждения:

1. Что понимается под мотивацией поведения?
2. Перечислите методы исследования мотивации?
3. Для каких целей используется методика «Определение потребности в активности»?
4. Какие из полученных показателей свидетельствуют о высокой, низкой и средней активности?

## **2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций**

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

## **2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

<b>Категории студентов</b>	<b>Формы</b>
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

<b>Категории студентов</b>	<b>Виды оценочных средств</b>	<b>Формы контроля и оценки результатов обучения</b>
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с



ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

### **2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области общей психологии, психологии личности, экспериментальной психологии.

Данный курс имеет практическую направленность и является важным компонентом совокупности учебных мероприятий (программ, практик, семинаров), самостоятельной и научно-исследовательской работы студентов. Дисциплина «Общепсихологический практикум» имеет в качестве своего объекта методы исследования познавательных процессов, эмоционально-волевых процессов, личностной сферы человека.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип научности;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- мотивации и интереса;
- развитие навыков и умений самостоятельной работы;
- принцип индивидуализации обучения;
- принцип коммуникативной направленности.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (общепсихологический практикум).

### **2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

### **Учебно-практическая лаборатория психолого-педагогического практикума**

Используемое оборудование: комплекты специализированной мебели, комплект «Метафорические карты», психодиагностические методики, мультимедийное оборудование с доступом к сети Интернет.

### **РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины**

Самостоятельная работа студентов – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей.

#### **Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студентов в рамках данной дисциплины является важным компонентом процесса обучения, который предполагает закрепление профессиональных компетенций, предусмотренных рабочей программой дисциплины.

Настоящей программой предусмотрены виды самостоятельной работы студентов, которые выполняются под руководством преподавателя и без его непосредственного руководства.

Самостоятельная работа студента без участия преподавателя:

- составление библиографии по темам и разделам учебной дисциплины;
- работа со словарями;
- чтение специализированных статей, научно-практических публикаций, в т.ч. размещенных на Интернет-сайтах;
- чтение научной и учебной литературы, имеющей отношение к изучаемой теме с целью последующего обсуждения с преподавателем, в рамках семинарских занятий или в рабочей группе;
- чтение, конспектирование и анализ научной и учебной литературы, имеющей отношение к изучаемым темам курса.

К группе видов и форм самостоятельной работы студентов с участием преподавателя относятся:

- оформление презентации, обсуждение и отработка методов публичного представления результатов самостоятельной деятельности студента в рамках тематики курса;
- подготовка презентации научной проблемы или проблемной ситуации по анализу результатов психологического исследования.

Основными формами отчета о выполнении заданий являются:

- конспект с содержанием ответов на поставленные вопросы;

- участие в обсуждении вопросов на семинарском занятии;
- подготовка презентации на согласованную с преподавателем тему (аспект рассматриваемой психологической проблемы).

**Оформление самостоятельной работы:**

1. Титульный лист.
2. Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы:
  - параметры страницы (210x297 мм) А4;
  - интервал полуторный;
  - шрифт 12, TimesNewRoman;
  - поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
  - все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

**Практические работы оформляются студентами в отдельной тетради (на листах формата А4) по следующему плану:**

1. Дата и время выполнения работы.
2. Номер лабораторной или практической работы.
3. Тема.
4. Цель.
5. Задачи.
6. Объект исследования (измеряемый признак).
7. Теоретическое обоснование.
8. Гипотеза исследования (ставится только в тех случаях, когда есть необходимость проведения сравнительного анализа полученных данных).
9. Испытуемый (фамилия, инициалы того, с кем проводится эксперимент). Для формирования целостного представления об индивидуальных особенностях психических процессов студентам следует в своих тетрадях фиксировать себя в роли испытуемого.
10. Состояние испытуемого (как правило, фиксируется физическое, эмоциональное состояние, а также уровень физиологической активности студента до начала проведения исследования.) Если необходимо ввести дополнительные сведения о состоянии испытуемого, преподаватель предупреждает об этом перед проведением исследования.
12. Экспериментатор (фамилия, инициалы).
13. Оборудование, необходимое для выполнения заданий.
14. Ход работы (подробное описание этапов выполнения работы и инструкция испытуемому).

15. Данные, полученные в ходе проведения исследования, представленные в виде таблиц, графиков.

16. Анализ полученных результатов (вербализация итоговых результатов, выявление и описание закономерностей теоретического обоснования).

17. Выводы.

Итоговое задание состоит в составлении целостного описания обследуемой личности. Зачет проходит в виде сдачи лабораторных работ и практического задания: составление психологического портрета испытуемого. При проведении зачета учитываются следующие критерии:

- знание теоретических предпосылок, предваряющих каждое практическое задание;
- активность работы студентов во время проведения экспериментов;
- правильность оформления работы;
- тщательность анализа результатов;
- обоснованность выводов.

### **3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана**

Задания к самостоятельной работе к разделу – Общий психологический практикум. Часть 2. Время на изучение и выполнение данной дисциплины – 38 часов для студентов по очной форме обучения, 48 часов по очно-заочной форме обучения, 62 часа по заочной форме обучения.

**Тема №1. Эмпирическое и теоретическое исследование** (время на изучение и выполнение данной темы для очной формы обучения 6 часов, 8 часов для вечерней формы обучения, для заочной формы 10 часов).

Задания к теме:

1. Подготовка реферата по теме «Экспериментальный метод в психологии».

**Тема №2. Исследование психических состояний** (время на изучение и выполнение данной темы для очной формы 8 часов, 10 часов для вечерней формы обучения, для заочной формы 14 часов)

Задания к теме:

1. Выполнить самооценку психического состояния. Познакомиться с методом самоотчёта. Разновидности самоотчёта (метод беседы или интервью - актуальные, ретроспективные). – в книге: Практикум по психологии состояний. /Под. ред. А.О. Прохорова. – СПб: Речь, 2004, занятие 1, стр. 18.

2. Оценить своё функциональное состояние с помощью методики «САН». Оценить и проинтерпретировать полученные результаты. – там же, занятие 2, стр. 19.

3. Оценить своё состояние в данный момент с помощью методики «Шкала-градусник» и тест - опросника «Оценка настроения». Сравнить полученные результаты. Обосновать, какая методика более информативна. – там же, занятие 2, стр.21.

4. Выполнить методику «Рельеф психического состояния». Произвести подсчёт набранных баллов. По полученным результатам построить рельеф проявления разных сторон состояния (по 40 показателям). Проанализировать полученные результаты. – там же, занятие 5, стр.80.

5. Проанализировать понятия «эмоциональный комфорт/дискомфорт», «удовлетворенность/неудовлетворенность», «благополучие/неблагополучие». Провести анкету «Причины эмоционального дискомфорта» для выявления источников дискомфорта личности. – там же, занятие 6 на стр.87.

6. Выполнить методику «Психические состояния студентов» - в книге: Практикум по психологии состояний. /Под. ред. А.О. Прохорова. – СПб: Речь, 2004, стр.328. Проанализировать полученные результаты.

7. Провести дифференцированную оценку своей работоспособности с помощью опросника «ДОРС». Полученные значения представить графически в виде профиля состояний и сравнить с тестовыми нормами. – там же, стр.337

8. Оценить степень выраженности хронического утомления и его проявления при помощи опросника «Степень хронического утомления»- там же, стр.341, занятие Выделить основные симптомы хронического утомления. Подсчитать индекс хронического утомления.

9. Составить конспект-схему «Методы управления психическими состояниями»

**Тема №3. Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств** (время на изучение и выполнение данной темы для очной формы 8 часов, 10 часов для вечерней формы обучения, для заочной формы 14 часов).

Задания к теме:

1. Составить конспект, используя теоретический материал, представленный в 12 занятии на странице 283 в учебном пособии: Практикум по психологии состояний. /Под. ред. А.О. Прохорова. – СПб: Речь, 2004.

2. Выполнить следующие методики: «Умение понимать язык мимики и жестов», «Визуально-ассоциативная самооценка эмоциональных состояний». «Понимаете ли Вы язык мимики?». – там же, стр. 296 – 302, сравнить и проанализировать полученные результаты.

3. Выполнить самооценку чувств и эмоций на основе шкалы дифференциальных эмоций К.Изард.

4. Определить уровень развития эмпатии: методики Юсупова, Бойко.

**Тема №4. Исследование мотивации и воли** (время на изучение и выполнение данной темы для очной формы 8 часов, 10 часов для вечерней формы обучения, для заочной формы 12 часов)

Задания к теме:

1. Определить потребность в активности с помощью графического теста Е.П.Ильина.
2. Провести диагностику мотивационной сферы личности с помощью методик (методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей; методика диагностики личности на мотивацию к успеху и избеганию неудач Т. Элерса).
3. Изучить волевые процессы с помощью опросника Ю.Куля «Шкала контроля за действием» НАКЕМЕР-90.

**Тема №5. Исследование поведения** (время на изучение и выполнение данной темы для очной формы 8 часов, 10 часов для вечерней формы обучения, для заочной формы 12 часов)

Задания к теме:

1. Изучить ценностные ориентации личности с помощью методики Шварца и теста СЖО Д.А. Леонтьева.

### **3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы**

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

## РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

### 4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Общий психологический практикум. Часть 2» относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности) и промежуточная аттестация в форме зачёта по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

#### Шкала оценивания для зачета

Результаты успешной сдачи зачета аттестуются оценкой «зачтено», неудовлетворительные результаты оценкой «не зачтено».

«Зачтено» выставляется в случае, если студент продемонстрировал достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием теории и закономерности учебной дисциплины, решения профессионально-ориентированных задач и междисциплинарных ситуаций.

«Не зачтено» выставляется в случае если студент не продемонстрировал необходимый минимум теоретических знаний и понятийного аппарата, умений решать практические задачи.

### 4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Экспериментальный метод в психологии	ОК-7, ПК-6; ПК-8
Тема 2. Исследование психических состояний	ОК-7, ПК-6; ПК-8
Тема 3. Исследование эмоциональных реакций, состояний и свойств	ОК-7, ПК-6; ПК-8
Тема 4. Исследование мотивации и воли	ОК-7, ПК-6; ПК-8
Тема 5. Исследование поведения	ОК-7, ПК-6; ПК-8

### **4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)**

*Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости).* Порядок проведения рубежного контроля регулируется Положением об аттестации учебной работы студентов института.

Текущий контроль успеваемости проводится в течение семестра и может осуществляться в следующих формах:

- выступление на практических занятиях с презентацией полученных результатов;
- участие в дискуссионных группах по результатам проведенных исследований, обсуждение полученных групповых данных;
- выполнение заданий для самостоятельных работ.

Конкретная форма проведения оценки уровня знаний студентов по данной дисциплине определяется преподавателем и доводится до сведения студентов на первом занятии по дисциплине.

Условием допуска к зачету является выполнение теста минимальной компетентности по предмету при условии его выполнения на 90%. Тест минимальной компетентности включает определения основных понятий, необходимых для освоения данной дисциплины.

Текущий контроль проводится в конце каждого практического занятия.

#### **Пример теста минимальной компетентности по дисциплине**

##### **«Общий психологический практикум. Часть 2»**

Количество вопросов — 10

Продолжительность тестирования – 20 минут

1. Дать определение экспериментального метода
2. Дать определение методу наблюдения
3. Дать определение эмоциональным процессам
4. Дайте определение психического состояния, перечислите структурные компоненты
5. Дайте определение волевым состояниям
6. Дать определение эмоциональной экспрессии
7. Перечислить методы исследования ценностей.
8. Перечислить методы исследования мотивации.
9. Раскройте понятие осмысленности жизни.
10. Дайте определение методу социометрии



#### **4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины**

*Промежуточная аттестация* по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных студентом в ходе изучения дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в виде зачета. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы студентов института.

Условием получения **зачета** является выполнение каждым студентом *учебного проекта*, что позволит оценить их практические умения и навыки. Выполнение проекта подразумевает написание психологического заключения по результатам выполненных практических заданий в ходе настоящего практикума.

Структура итогового психологического заключения:

1. цель обследования (изучение особенностей психического состояния, волевых, мотивационных свойств личности, ценностных ориентаций и, при необходимости, предложение возможных способов психологической помощи);
2. список используемых эмпирических методов;
3. краткое описание поведения человека во время обследования;
4. краткое описание актуальной жизненной ситуации обследуемого, возможных психологических трудностей;
5. описание и анализ результатов психологического обследования;
6. общий вывод.

#### **Примерные вопросы к зачету:**

1. Экспериментальный метод и его разновидности.
2. Лабораторный психологический эксперимент: сущность, разновидности.
3. Достоинства и недостатки лабораторного исследования.
4. Организация и условия проведения экспериментального психологического исследования.
5. Структура эксперимента.
6. Физиологические методы исследования психических состояний
7. Уровни психического состояния
8. Объективные методы исследования психических состояний и субъективные методы
9. Компоненты эмоциональных проявлений и методы их изучения.
10. Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии.

11. Методы саморегуляции психических состояний
12. Методы исследования мотивации и мотивов
13. Методики изучения мотивации поведения в группе.
14. Классификация методов исследования поведения
15. Методы исследования агрессивного поведения
16. Методы исследования ценностных ориентаций
17. Проблема воли и волевой регуляции
18. Подходы к изучению воли (мотивационный, регуляционный, свободного выбора).
19. Структура волевого акта
20. Методики изучения волевых качеств личности.

**Примеры типовых заданий в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Выберите правильный вариант ответа в каждом тесте

Тест 1. В психологическом исследовании на этапе обработки данных пользуются методом:

- а) экспериментальный,
- б) статистический,
- в) генетический.

Тест 2 Психическое состояние субъекта можно оценить с помощью

- а) физиологических методов регистрации,
- б) методов самооценки,
- в) наблюдения за поведением,
- г) верны все ответы.

Тест 3 Идеомоторная тренировка направлена на:

- а) релаксацию,
- б) стабилизацию и закрепление навыков благодаря интенсивному мысленному повторению образа движения,
- в) на активизацию психического состояния.

**Пример типового практико-ориентированного задания**

*Типовое задание 1.* Менеджер торговой компании обратился с жалобами на снижение трудоспособности, усталость, сонливость в течении дня, потерю интереса к работе. Предложите схему обследования.

*Типовое задание 2.* Член спортивной команды испытывает психологическое напряжение при подготовке к соревнованиям, нарушен сон, аппетит, проявляется агрессивность к окружающим. Предложите методики для диагностики эмоционального состояния спортсмена, а также методы направленные на снятие психического напряжения.

## РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

**ВОЛЯ** - сторона сознания, его деятельное и регулирующее начало, призванное создать усилие и удерживать его так долго, как это надобно. Способность человека достигать поставленных целей в условиях преодоления препятствий, проявляемая в самодетерминации и саморегуляции своей деятельности и различных процессов психических.

**ВЫБОРКА** - группа испытуемых, представляющих определенную популяцию и отобранных для эксперимента или исследования. Противоположное понятие - совокупность генеральная. Выборка есть часть совокупности генеральной.

**ВЫБОРКА ЗАВИСИМАЯ** - выборки, состоящие из результатов одних и тех же испытуемых после двух или более различных воздействий.

**ВЫБОРКА ПРЕДСТАВИТЕЛЬНАЯ** (выборка репрезентативная) - выборка, произведенная по правилам, - то есть так, что она отражает специфику совокупности генеральной и по составу, и по индивидуальным характеристикам включаемых субъектов.

**ГИПОТЕЗА** - научное предположение, выдвигаемое для объяснения некоего явления, подлежащее опытной проверке и теоретическому обоснованию для приобретения статуса научной теории.

**ГИПОТЕЗА НАУЧНАЯ** - предположение, выдвигаемое как временное на основе наличных наблюдений и уточняемое последующими экспериментами. Касается связей, закономерностей и существенных свойств определенных областей действительности, наиболее вероятных с позиций теории, коей придерживаются ученые-исследователи, ответ на поставленный вопрос-проблему.

**ИЗМЕРЕНИЕ** - в психологии - выявление количественных характеристик изучаемых явлений психических.

**ИССЛЕДОВАНИЕ** - 1. Проведение научного изучения. 2. Осмотр для выяснения, изучения чего-либо. 3. Научный труд.

**ИССЛЕДОВАНИЕ КОРРЕЛЯЦИОННОЕ** — исследование соотношения двух (или нескольких) переменных, характеризующих наличные индивидуальные различия людей и их поведения. В отличие от эксперимента, т. е. *активного* управления состояниями независимой переменной, в И. К. проверяются гипотезы о взаимосвязи уже существующих характеристик. И. К. необходимо также для определения диагностической ценности *тестов*, измеряющих эти характеристики. И. К. проводятся, как правило, на большом количестве испытуемых, с применением *статистических* способов контроля (для выделения возможных детерминант изучаемых различий используется, в частности, факторный анализ). И. К. разделяют по следующим параметрам: 1) возможность интерпретации одной из переменных в качестве независимой: либо эта переменная предшествует другой во времени (что позволяет

высказывать эмпирические предположения об их причинно-следственной связи), либо нет; 2) возможность вычисления коэффициента корреляции и 3) цель — либо собственно познавательная, теоретическая, либо чисто прикладная.

**ИССЛЕДОВАНИЕ ПИЛОТАЖНОЕ** - пробно-поисковый тип исследования, кое проводится перед основным и является его упрощенной формой

**ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ** - предполагает такие этапы:

- 1) формулировку проблемы;
- 2) выдвижение гипотезы;
- 3) проверка гипотезы - получение данных эмпирических и обработка их;
- 4) интерпретация результатов проверки - соотнесение полученных результатов с

исходной гипотезой, выводы о достоверности гипотезы и дальнейшее соотнесение ее с теорией, в рамках коей формировалась гипотеза; при необходимости -"пересмотр определенных положений, что порождает новые проблемы, новые гипотезы - и пр. Исследование психологические может строиться на базе наблюдения, на базе эксперимента или на базе исследования психодиагностического. Все они могут выступать и как относительно самостоятельные методы исследования, но нужно выделять ситуации, когда они входят в эксперимент как составная часть. Кроме названных, один из распространенных методов исследования психологического - беседа. На путях исследований психологических расставлено множество капканов, часто толкающих к ошибочным

**ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМПИРИЧЕСКОЕ** - исследование, основанное на получении, анализе и обобщении опытных (эмпирических) данных.

**КВАЗИЭКСПЕРИМЕНТ** (quasi-experiment) — эксперимент, в котором исследователи не набирают испытуемых случайным образом в контрольные и экспериментальные группы, а используют группы, уже существующие в жизни. Этот тип эксперимента также называется *эксперимент со смешанным планированием*.

**МЕТОД ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЙ** - внешне может показаться схожим с методом интроспекции, но имеет существенные отличия:

- 1) для эксперимента берется не опытный в самонаблюдении специалист, а «наивный» наблюдатель, и чем меньше он знает психологию, тем лучше;
- 2) от испытуемого требуется не аналитический, а самый обычный отчет о воспринятом, - в тех терминах, коими он пользуется повседневно.

**МЕТОДИКА** - 1. Совокупность приемов, методов обучения чему-либо, методов целесообразного проведения некоей работы, процесса, или же практического выполнения чего-либо. Технические приемы реализации метода с целью уточнения или верификации знаний об изучаемом объекте.

2. Конкретное воплощение метода - выработанный способ организации взаимодействия субъекта и объекта исследования на базе конкретного материала и конкретной процедуры.

3. Наука о методах обучения.

**МЕТОДИКА КАЧЕСТВЕННАЯ** - методики, основанные на качественном анализе экспериментальных данных, причем диагностируемое свойство описывается в терминах известных научных понятий. Не позволяют применять меры и методы количественной обработки результатов, судить об уровне развития диагностируемых свойств и прямо показывать причинные связи между изучаемыми переменными.

**МЕТОДИКА КОЛИЧЕСТВЕННАЯ** - методики, основанные на количественном анализе экспериментальных данных. Позволяют применять количественные меры и методы количественной обработки результатов, оценивают диагностируемое свойство по степени его развития относительно других людей. Однако с их помощью невозможно взаимно отличить качественно различные психологические свойства при одинаковости их количественных показателей. Так, оценивая силу мотивации достижения, нельзя судить о том, различна ли у испытуемых мотивация, если их результаты количественно равны.

**НАБЛЮДЕНИЕ** - Изучение мира на уровне познания чувственного, целенаправленное и осознанное. Восприятие некоего процесса с целью выявления его инвариантных признаков без активного включения в сам процесс. В наблюдении проявляются личностные особенности восприятия, установки, направленность личности.

**ПЕРЕМЕННАЯ** - одно из основных понятий для описания эксперимента, хотя оно может относиться и к наблюдению. Под переменной понимается любая реальность, которая может изменяться в экспериментальной ситуации. Переменные-все измеряемые факторы, кои предположительно будут или могут варьировать во время эксперимента.

**ПЕРЕМЕННАЯ ЗАВИСИМАЯ** - величины, изменения коих зависят от воздействия переменной независимой. Те переменные, что связаны с поведением испытуемых и зависят от состояния их организма.

**ПЕРЕМЕННАЯ КОНТРОЛИРУЕМАЯ** - те, что строго контролируются во время эксперимента - с тем, чтобы избежать их вариаций от одного испытуемого к другому и от экспериментального сеанса к сеансу.

**ПЕРЕМЕННАЯ НЕЗАВИСИМАЯ** - та переменная, что введена экспериментатором, будет им изменяться и чье воздействие будет оцениваться

**САМОНАБЛЮДЕНИЕ** (метод самонаблюдения) - стратегия получения эмпирических психологических данных при наблюдении человека за самим собой; наблюдение за внутренним планом собственной психической жизни, позволяющее фиксировать ее проявления - переживания, мысли, чувства и пр.

**ТРЕМОР** - произвольные быстрые (с частотой около 10 Гц.) ритмические колебательные движения конечностей или туловища, вызванные мышечными сокращениями и связанные с временной задержкой корректирующей афферентной импульсации, в силу чего реализация движения и сохранение позы происходит за счет постоянной подстройки движений к какому-то среднему значению.

**ЭКСПЕРИМЕНТ** - исследовательская стратегия, в которой выполняется целенаправленное наблюдение за неким процессом в условиях регламентированного изменения отдельных характеристик условий его протекания.

**ЭКСПЕРИМЕНТ АССОЦИАТИВНЫЙ** - метод и тест проективный, разработанные К. Г. Юнгом, М. Вертхаймером и Д. Кляйном и предназначенные для исследования мотивации личности - ориентированные на фиксацию, диагностику и психотерапию скрытых аффективных комплексов и других психических феноменов. Базируется на изучении содержания, формы и скорости реакции клиента, предъявляющего в ответ на слова аналитика первое пришедшее в голову.

**ЭКСПЕРИМЕНТ ЕСТЕСТВЕННЫЙ** - экспериментальная стратегия, разработанная А. Ф. Лазурским в 1910 г. Характерна проведением в условиях, близких к обычной деятельности испытуемых, причем они не знают, что участвуют в исследовании. За счет этого достигается большая чистота эксперимента. Метод исследования, промежуточный между наблюдением и экспериментом лабораторным, при котором психолог может активно влиять на ситуацию, но в формах, не нарушающих ее естественности для испытуемых. Основными методами являются наблюдение и беседа с испытуемым, результаты которых обрабатываются качественно.

**ЭКСПЕРИМЕНТ КОНСТАТИРУЮЩИЙ** - к развитию психики можно подходить как к явлению, относительно независимому от обучения и воспитания, тогда задачей оказывается констатация связей, складывающихся в ходе развития.

**ЭКСПЕРИМЕНТ ЛАБОРАТОРНЫЙ** - методическая стратегия, направленная на моделирование деятельности индивида в специальных условиях - разновидность эксперимента, проводимого в специально оборудованных лабораториях, что обеспечивает особенно строгий контроль переменных независимых и зависимых. При этом испытуемые сознательно участвуют в эксперименте, хотя могут не знать о его истинном назначении.

**ЭКСПЕРИМЕНТ ПОЛЕВОЙ** - предполагает использование минимума оборудования в ситуации, близкой к естественной.

**ЭМОЦИЯ** - состояния, связанные с оценкой значимости для индивида действующих на него факторов и выражаемые прежде всего в форме непосредственных переживаний удовлетворения или неудовлетворения его актуальных потребностей.

**РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины****6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5
<b>Основная литература</b>						
1	Горбатов, Д. С. Общепсихологический практикум : учебное пособие для академического бакалавриата / Д. С. Горбатов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 307 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-4805-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/432135">http://www.biblio-online.ru/bcode/432135</a>	+	+	+	+	+
2	Высоков, И. Е. Общепсихологический практикум : учебное пособие для академического бакалавриата / И. Е. Высоков, Ю. Е. Кравченко, Т. А. Сысова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 507 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-4897-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/432833">http://www.biblio-online.ru/bcode/432833</a>	+	+	+	+	+
3	Общепсихологический практикум : учебник для академического бакалавриата / В. В. Рубцов [и др.] ; под редакцией В. В. Рубцова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 675 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3516-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/426164">http://www.biblio-online.ru/bcode/426164</a>	+	+	+	+	+
<b>Дополнительная литература</b>						
1	Диянова, З. В. Общая психология. Личность и мотивация. Практикум [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавриата / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. — М. : Юрайт, 2018. — 166 с. — Режим доступа : <a href="http://www.biblio-online.ru/book/84A05EE9-1021-4E98-9767-7655CE8BC0D0">www.biblio-online.ru/book/84A05EE9-1021-4E98-9767-7655CE8BC0D0</a> .				+	+
2	Общая психология. Основные психические явления [Электронный ресурс]: учебник и практикум для бакалавриата / В. Н. Панферов, А. В. Микляева, П. В. Румянцева, М. С. Андропова ; под ред. В. Н. Панферова. — М. : Юрайт, 2018. — 373 с. — Режим доступа : <a href="http://www.biblio-online.ru/book/B3F45E9D-74FC-4A28-9012-A75D76B09ECC">www.biblio-online.ru/book/B3F45E9D-74FC-4A28-9012-A75D76B09ECC</a>	+	+			
3	Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том II в 4 кн. Книга 4. Речь. Психические состояния : учебник и практикум для вузов / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 243 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02395-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/451693">http://www.biblio-online.ru/bcode/451693</a>		+			
4	Рамендик, Д. М. Общая психология и психологический практикум : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 274 с. — (Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-07651-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://www.biblio-online.ru/bcode/434160">http://www.biblio-online.ru/bcode/434160</a>		+	+	+	+

**6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины**

1. Куб-библиотека. Практическая психология [Электронный ресурс] – Режим доступа [http://www.koob.ru/practic\\_psychology/](http://www.koob.ru/practic_psychology/)

2. Портал для студентов. Раздел «Психодиагностика» [Электронный ресурс] – Режим доступа <http://www.twirpx.com/files/psychology/practicum/>

### 6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

EastView [Электронный ресурс] :informationservices. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа :<https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа :<https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0>. – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=456](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456)– Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=435](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435) . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система. – Электрон.текстовые дан. – Режим доступа :<https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

\_\_\_\_\_ Г.Л. Горохова

(подпись, расшифровка)