1. **Частное профессиональное образовательное учреждение**

**«КОЛЛЕДЖ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИМЕНИ САИДА АФАНДИ»**

|  |
| --- |
| УтверждАЮ  Председатель ПЦК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  ( подпись)  Рассмотрено на заседании ПЦК  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20….. г.  Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

* + - 1. **ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**МДК 01.02 «ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**специальность 40.02.01 «Право и организация социального обеспечения»**

**Дубки 2018**

**1.ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ПМ 01 «ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАВ ГРАЖДАН В СФЕРЕ ПЕНСИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ» МДК 01.01. «ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

|  |  |
| --- | --- |
| Элемент модуля | Форма контроля и оценивания |
| МДК 01.02. «Психология социально-правовой деятельности» | - практические задания;  - тестовые задания;  - вопросы для устного опроса;  - самостоятельные работы для закрепления тем МДК 01.02.;  - контрольные тестовые задания по каждому из разделов профессионального модуля  - междисциплинарный зачет |

**2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПМ 01 «ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАВ ГРАЖДАН В СФЕРЕ ПЕНСИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ» МДК 01.02. «ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ», ПОДЛЕЖАЩИЕ ПРОВЕРКЕ**

**2.1. Профессиональные и общие компетенции**

Контроль и оценка результатов освоения ПМ 01 «Организационное обеспечение прав граждан в сфере пенсионного обеспечения и социальной защиты» МДК 01.02. «Психология социально-правовой деятельности» осуществляется через комплексную проверку следующих профессиональных и общих компетенций:

таблица 1

|  |  |
| --- | --- |
| профессиональные компетенции | показатели оценки результата |
| ПК 1.2. Осуществлять прием граждан по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты. | -Демонстрация соблюдения психологических закономерностей общения при осуществлении приёма граждан по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты |
| ПК 1.6. Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты. | -Демонстрация соблюдения психологических закономерностей консультирования, правильной организации психологического контакта с клиентами (потребителями услуг).  -давать психологическую характеристику личности, применять приёмы делового общения и правила культуры поведения  –Демонстрация способности аргументировано, логически верно и содержательно ясно строить устную и письменную речь, способности использовать навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики в процессе консультирования граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты.  - Демонстрация понимания сущность психических процессов и их изменений у инвалидов и лиц пожилого возраста; |

таблица 2

|  |  |
| --- | --- |
| общие компетенции | показатели оценки результата |
| ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. | Демонстрация интереса к будущей профессии через: - повышение показателей обучения по УД; участие в олимпиадах, научных конференциях. |
| ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность. | Демонстрация навыков эвристического мышления и принятия решения в стандартных и нестандартных ситуациях. |
| ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. | Демонстрация способности работать с большим объемом информации, быстро осуществлять ее поиск и анализ, отделяя важную от второстепенной. Организовывать самостоятельную работу при изучении учебной дисциплины. |
| ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности. | Демонстрация умения пользоваться глобальными информационными ресурсами; владение современными средствами телекоммуникаций; способность и готовность к использованию основных прикладных программных средств; |
| ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. | Демонстрация навыков взаимодействия в команде. Способность работать самостоятельно и в составе команды. Готовность к сотрудничеству и толерантность. Правильность выбора стратегии поведения при организации работы в команде Ясность и аргументированность изложения собственного мнения. |
| ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий. | Демонстрация способность организовать работу исполнителей. Адекватность самоанализа собственной деятельности и деятельности членов команды. |
| ОК 11. Соблюдать деловой этикет, культуру и психологические основы общения, нормы и правила поведения. | Использование приёмов межличностного общения в процессе обучения. Следовать этическим правилам, нормам и принципам в межличностном общении. |
| ОК12. Проявлять нетерпимость к коррупционному поведению | Активное участие в мероприятиях антикоррупционной направленности |

**2.2. Иметь практический опыт – уметь – знать**

В результате изучения профессионального модуля «Организационное обеспечение прав граждан в сфере пенсионного обеспечения и социальной защиты» МДК 01.02. ««Психология социально-правовой деятельности»» студент должен

***иметь практический опыт:***

ПО 1. общения с лицами пожилого возраста и инвалидами;

ПО 2. публичного выступления и речевой аргументации позиции

***уметь:***

У1. оказывать консультационную помощь гражданам по вопросам медико-социальной экспертизы;

У2. объяснять сущность психических процессов и их изменений у инвалидов и лиц пожилого возраста;

У3. правильно организовать психологический контакт с клиентами (потребителями услуг);

У4.давать психологическую характеристику личности, применять приёмы делового общения и правила культуры поведения;

У5.следовать этическим правилам, нормам и принципам в профессиональной деятельности;

***знать:***

З3. основные понятия общей психологии, сущность психических процессов;

З4. основы психологии личности;

З5. современные представления о личности, ее структуре и возрастных изменениях;

З6. особенности психологии инвалидов и лиц пожилого возраста;

З7. основные правила профессиональной этики и приемы делового общения в коллективе.

**3.ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО КУРСА ПК 01 «ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАВ ГРАЖДАН В СФЕРЕ ПЕНСИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ» МДК 01.02. «ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**3.1. Общие положения**

Основной целью оценки освоения теоретического курса профессионального модуля является оценка сформированности профессиональных компетенций, умений и знаний.

Оценка теоретического курса профессионального модуля осуществляется с использованием следующих форм и методов контроля: для проведения текущего и рубежного контроля – тестовые задания, практические задания, устный опрос; для промежуточной аттестации - дифференцированный зачет.

Оценка освоения МДК предусматривает использование дифференцированного зачета

**3.2.Типовые задания для оценки освоения МДК 01.02:**

С целью овладения профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля **ПМ 01.МДК 01.02. «Психология социально-правовой деятельности»** обучающийся **должен знать**

Проверяемые результаты обучения (знать) - З 3, З 4, З 5, З 6, З 7

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции | Показатели оценки результата | Форма  контроля и оценивания |
| З3 основные понятия общей психологии, сущность психических процессов | владение научным тезаурусом современной общей психологии, формулирование предмета и задач, владение методами и принципами психологии, понимание сущности психических процессов: ощущения, памяти, внимания, мышления. | - тестовые задания;  - вопросы для устного опроса;  - самостоятельные работы для закрепления тем МДК 01.02.; |
| З4 основы психологии личности | умение отличить понятия индивид, личность, индивидуальность, понимание личности как высшего интегративного проявления психической деятельности, понимание личности как интеграции биологических и социальных характеристик человека, понимание роли личности в процессе адаптации к сложным жизненным условиям. | - тестовые задания;  - вопросы для устного опроса;  - самостоятельные работы для закрепления тем МДК 01.02 |
| З5 современные представления о личности, ее структуре и возрастных изменениях | формулировать основные положения современных теорий личности. Выделять основные компоненты структуры личности: темперамент, характер, способности. Возрастные изменения личности. | - тестовые задания;  - вопросы для устного опроса;  - самостоятельные работы для закрепления тем МДК 01.02 |
| З6 особенности психологии инвалидов и лиц пожилого возраста | формулировать возрастные задачи развития в старости. Умение формулировать особенности эмоциональной сферы, структуры самосознания, особенности общения, особенности психосоциального развития лиц пожилого возраста и инвалидов. | - тестовые задания;  - вопросы для устного опроса;  - самостоятельные работы для закрепления тем МДК 01.02 |
| З7 основные правила профессиональной этики и приемы делового общения в коллективе | Формулировать основные положения деонтологии социальной работы, особенности социально-психологического контакта работника социального обеспечения с обеспечиваемыми, уметь анализировать возможные конфликтные ситуации в коллективе и искать пути преодоления и профилактики конфликтов. Отличать коллектив от группы и основные стили руководства. | - тестовые задания;  - вопросы для устного опроса;  - самостоятельные работы для закрепления тем МДК 01.02 |

**3.3 Основные понятия общей психологии, сущность психических процессов**

**Вопросы для устного опроса**

1.Дайте определение психики. Какие функции выполняет психика.

2.Назовите задачи психологии

3. Перечислите методы психологии

4.Что изучает Психология социально-правовой деятельности?

5. Перечислите виды восприятия

6 Перечислите и дайте характеристика уровней психической регуляции

7. Назовите виды внимания и их характеристики

8. Причины возникновения непроизвольного внимания.

9..Виды мышления и их характеристика

10.Процессы памяти и их характеристика

11.Виды памяти и их характеристика

12. Советы психологов которые способствуют улучшению памяти.

13**.**Перечислите виды восприятия, дайте их характеристику

**Тестовые задания**

1.

|  |  |
| --- | --- |
| Отрасли психологии | Что изучает |
| Общая |  |
| Возрастная |  |
| Медицинская |  |
| Педагогическая |  |
| Юридическая |  |

2.

|  |  |
| --- | --- |
| Познавательный процесс | Форма отражения |
| 1. Ощущение |  |
| 2.Восприятие |  |

3.Нарисуйте схему анализатора…..

4.

|  |  |
| --- | --- |
| Ощущения | Напишите какие свойства окружающей среды отражаются? |
| Зрительные |  |
| Слуховые |  |
| Обонятельные |  |
| Вкусовые |  |
| Вибрационные |  |
| Кожные |  |
| Органические |  |

5.Свойства внимания

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Концентрация | А. это количество объектов, которые охватываются вниманием, одномоментно, одновременно |
| 2. Объём | Б.сознательное и осмысленное, преднамеренное и целенаправленное, обусловленное постановкой новой цели, изменение направления сознания с одного предмета на другой |
| 3.Устойчивость | В.способность удерживать в центре внимания несколько разнородных объектов или субъектов |
| 4.Переключаемость | Г.называется неспособность человека сосредоточиться на чём-либо определённом в течение длительного времени |
| 5.Распределение | Д.длительность, в течение которой сохраняется на одном уровне концентрация внимания. |
| 6. Рассеянностью | Е.удержание внимания на каком-либо объекте |

6. Определение понятий

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Внимание | А.высшая форма активного отражения действительности, состоящая в целенаправленном и обобщенном познании человеком существенных свойств и отношений предметов и явлений. |
| 2.Память | Б.способность к запечатлению, сохранению и последующему воспроизведению того, что мы раньше воспринимали, переживали или делали. |
| 3.Мышление | В.сосредоточение сознания на определенном объекте, обеспечивающее его ясное отражение |

7. Формы мышления

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Понятие | А.форма мышления, при которой на основе нескольких суждений делается определенный вывод. |
| 2.Суждение | Б.форма мышления, отражающая существенные свойства, связи иотношения предметов и явлений. |
| 3.Умозаключение | В. форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями в форме утверждения или отрицания. |

8. Мыслительные операции

|  |  |
| --- | --- |
| **1.Анализ** | А.мыслительная операция, основанная на **выделении существенных свойств и связей предмета и отвлечении** от других, **несущественных.** |
| **2. Синтез** | Б.мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам. |
| **3.Абстрагирование** | В.мыслительная операция расчленения сложного объекта на составляющие его части или характеристики с последующим их сравнением. |
| **4.Обобщение** | Г.операция **воссоздать целое из аналитически заданных частей.** |

9Процессы памяти

|  |  |
| --- | --- |
| 1.Запоминание | А.процесс восстановления в памяти раннее воспринятого. (образов, мыслей, чувств, движений). |
| 2. Сохранение | Б.потеря возможности воспроизведения, а иногда даже узнавания ранее запомненного |
| 3.Воспроизведение | Г.процесс накопления материала в структуре памяти, включающий его переработку и усвоение |
| 4.Забывание | В. процесс направленный на сохранении в памяти полученных впечатлений, информации. |

10.Выберите правильный ответ (ответы) из предложенных вариантов: Основные качества внимания; а) переключение; б) распределение; в) объем; г) угасание; д) устойчивость; е) все ответы верны.

11.Выберите правильный ответ (ответы) из предложенных вариантов: Виды внимания: а) произвольное; б) вынужденное; в) послепроизвольное; г) непроизвольное; д) все ответы верны.

12.Выберите правильный ответ (ответы) из предложенных вариантов: Кратковременная память: а) длится до двух минут; б) обладает емкостью, не превышающей 11 элементов; в) позволяет долго помнить телефонный номер; г) все ответы неверны.

13.Выберите правильный ответ (ответы) из предложенных вариантов: Долговременная память: а) обладает ограниченной емкостью; б) обладает практически неограниченной длительностью; в) более развита у пожилых лиц; г) все ответы верны.

**3.4 Основы психологии личности**

**Вопросы для устного опроса**

1. Личность, индивидуальность, индивид. Соотнесите эти понятия.

2.Основные теории формирования личности, их характеристика

3. Какова роль личности в процессе адаптации к сложным жизненным условиям.

3. Структура личности. Дайте характеристику.

4. Биологические и социальные факторы в становлении личности.

5. Подструктура направленность личности, ее характеристика.

**Тестовые задания**

1**.**Какие из приведенных высказываний кажутся Вам правильными? Ответ обоснуйте.

* Под личностью понимается совокупность тех относительно устойчивых свойств и склонностей индивида, которые отличают его от других.
* Личность – это комбинация всех относительно устойчивых индивидуальных различий, поддающихся измерению.
* Личность – это индивидуально выраженное всеобщее.
* Личность – дееспособный член общества, осознающий свою роль в нем.
* Личность – совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия.

**3.5 Современные представления о личности, ее структуре и возрастных изменениях**

**Вопросы для устного опроса**

1. Дайте определение понятия темперамент.

2. Теории темперамента, их характеристика.

3.Типы темперамента, их характеристика.

4. Дайте определение понятия характер.

5.Какова связь характера с темпераментом

6. Каково влияние характерологических особенностей личности на процесс адаптации к болезни и старению.

7. Дайте определение понятие способностей.

8.Сущность и значение компенсаторных способностей для трудоустройства и реабилитации инвалидов.

9.Что такое интеллект?

10.Какова структура интеллекта?

11. Изменение интеллекта при различных заболеваниях у престарелых и инвалидов

**Тестовые задания**

1.К какому психическому явлению 1. психические процессы;2. психические состояния3. психические свойства относятся следующие явления: а) ощущение; б)характер; в)настроение; г)характер; д)мышление; е) направленность; ж) воображение; з) способности; и) восприятие; к) инициативность; л) память; м)желания; н)темперамент; о)стресс.

2.Определите, какие из перечисленных ниже чувств относятся к нравственным, какие - к интеллектуальным, и какие – к эстетическим: Вдохновение, угрызение совести, чувство товарищества; удивление; чувство прекрасного; восхищение; чувство долга; чувство иронии; злорадство; чувство комического; чувство юмора; уверенность; чувство справедливости; чувство трагического; сомнение; чувство стыда; зависть; недоумение; энтузиазм; страсть к творчеству.

3.Выберите из следующего списка слова, относящиеся к темпераменту. Трудолюбие, настойчивость, сознание, неуравновешенность, музыкальность, сообразительность, сензитивность, реактивность, экстраверсия, вспыльчивость, агрессивность, эмоциональность, педантичность, требовательность, принципиальность, острота зрения, леность, медлительность, высокие умственные способности, гениальность, богатство мимики, глубина чувств.

4.Психические свойства личности могут быть условно объединены в три группы: свойства темперамента, свойства характера и способности. Классифицируйте понятия из приведенного списка по этим трем группам. Вспыльчивый, нежный, справедливый, смелый, остроумный, трудолюбивый, честный, вежливый, воспитанный, горячий, черствый, умный, деловой, пылкий, отходчивый, послушный, красноречивый, суетливый, спокойный, глупый, непоседа, решительный, ловкий, необузданный, ленивый, находчивый, неряшливый, благородный, щедрый, недотепа, плакса, доброжелательный, предприимчивый, осторожный, самоуверенный, чуткий, ранимый, возбудимый, эгоистичный, энергичный, инициативный, медлительный, услужливый, верный.

**3.6 Особенности психологии инвалидов и лиц пожилого возраста**

**Вопросы для устного опроса**

1.Что такое старение?

2**.** Что является возрастными задачами развития в старости?

3..В чем заключается кризис индивидуальной жизни в стадии старости? Почему пожилой возраст во многом - результат деятельности самого человека?

4..Что вы понимаете под стратегиями старения? Что такое адаптация к старости?

5..Чем отличаются друг от друга психологические особенности лиц пожилого возраста выбравших деструктивную и конструктивную стратегии старения?

6. Проблема отношения к смерти инвалидов.

7. Какова специфика эмоциональной сферы человека в старости

8 Как реализуют свое притязание на признание лица пожилого возраста?

9. Как изменяются права и обязанности в старости?

10. Как изменяется осознание времени в старости?

11. Какова взаимосвязь общения и здоровья у лиц пожилого возраста?

12. Как изменяются внутрисемейные контакты в старости?

13.Каковы особенности общения в старости?

14.Каковы функции бабушек и дедушек?

15. Как изменяются познавательные процессы у лиц пожилого возраста?

7. Какова специфика эмоциональной сферы человека у инвалидов.

8 Как реализуют свое притязание на признание инвалиды?

9. Каковы особенности общения инвалидов?

10. Как изменяются познавательные процессы у инвалидов?

11.Сформулируйте основные правила общения с инвалидами.

12. Какие обращения приемлимы в общении с инвалидами?

**Тестовые задания**

1. Возрастной задачей развития в старости является: Выберите правильный ответ (ответы) из предложенных вариантов

а)Выполнение тех жизненных «заданий» (семейных или социальных функций), которые не выполнялись или недостаточно хорошо выполнялись в течение предыдущей жизни.

б) принятие  собственной  внешности,   осознание  особенностей своего тела и формирование умений эффективно его использовать (в труде, спорте и т.д.);

в) подготовка к профессиональной карьере, обучение нацелено на получение профессии

г) подготовка к браку и семейной жизни, приобретение знаний и социальной готовности принять на себя ответственность, связанную с партнерством и семьей;

д)  формирование социально ответственного поведения,  гражданской активности  (в том числе политической,  идеологической, экологической и т.д.);

е)  построение внутренней системы ценностей и этического сознания как руководства для поведения.

ж) осуществление внутренней работы в системе жизнь -смерть

з) все ответы неверны

2. Пожилые люди: а) обладают лучшей, чем у молодых, памятью на давние события; б) сохраняют способность очень легко организовывать запоминаемый мате­риал; в) легче вспоминают что-то, чем узнают; г) все ответы неверны.

**3.7 Основные правила профессиональной этики и приемы делового общения в коллективе**

**Устный опрос**

1.Дайте определение понятия коллектива как социальной группы людей

2.Факторы, влияющие на климат коллектива, их характеристика.

3.Виды психологической совместимости, их характеристика.

4. Структура конфликта, основные его составляющие. Характеристика.

5. Характеристика основных стили руководства.

6. Методы преодоления конфликтов в коллективе. Характеристика.

7. Стабилизирующие факторы в профилактике конфликтов в коллективе. Характеристика.

8. Определение деонтологии как науки о долге, моральной обязанности и профессиональной этике специалиста.

9.Раскройте понятие об авторитете работника социального обеспечения, его личных качествах, ценностях, идеалах, установках.

10. Каковы особенности социально-психологического контакта работника социального обеспечения с обеспечиваемыми?.

11.Каковы индивидуальные обязанности личности социального работника и их значение в профессиональной деятельности?

С целью овладения профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля **ПМ 01.МДК 01.02. «Психология социально-правовой деятельности»** обучающийся **должен**  ***уметь:***

Проверяемые результаты обучения (уметь) У2, У3, У4,У5

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Результаты обучения: умения, знания и общие компетенции | Показатели оценки результата | Форма  контроля и оценивания |
| У1.оказывать консультационную помощь гражданам по вопросам медико-социальной экспертизы**;** | Умение выступать в роли консультанта | практические задания |
| У2. объяснять сущность психических процессов и их изменений у инвалидов и лиц пожилого возраста; | умение общаться с инвалидами и лицами пожилого возраста, в встречающимися в процессе образовательной подготовке к профессиональной деятельности | практические задания |
| У3.правильно организовать психологический контакт с клиентами (потребителями услуг); | Проявлять умение организации психологического контакта с участниками образовательного процесса профессиональной подготовки. | практические задания |
| У4.давать психологическую характеристику личности, применять приёмы делового общения и правила культуры поведения; | Использовать приемы делового общения и правила культуры поведения в образовательной подготовке к профессиональной деятельности | практические задания |
| У5.следовать этическим правилам, нормам и принципам в профессиональной деятельности; | Проявлять этические правила, нормы и принципы поведения в образовательной подготовке к профессиональной деятельности | практические задания |

**Практическое задание 1.**

Эффективным направлением в работе с пожилыми людьми является семейное психологическое консультирование Зрелые и молодые члены семьи должны знать психологические особенности старости и старения. Подготовьте беседу с молодыми членами семьи пожилого человека, в которой Вам надо рассказать об особенностях его эмоциональных переживаний.

Приложение к Заданию №1

Специфика эмоциональной сферы человека в старости во многом определяется итогом кризиса, переживаемого им, как правило, в период окончания трудовой деятельности. Согласно теории М. В. Ермолаевой во время данного кризиса человек осознанно или неосознанно осуществляет выбор своей стратегии старения. Первая- предполагает возможность дальнейшего прогрессивного развития личности человека. Она осуществляется при тенденции человека как к сохранению старых, так и к формированию новых сфер социальных связей, дающих ему возможность ощущать свою общественную пользу. Вторая- стремление человека прежде всего сохранить себя как индивида, т.е. осуществить переход к деятельности, направленной на «выживание» его как индивида на фоне постепенного угасания психофизиологических функций. Большинство работ по психологии старости посвящено только второй стратегии старения.

За выбором стратегий старения стоит поиск смысла и цели последующей жизни. И тогда первой - конструктивной - стратегии старения будет соответствовать сохранение структуры смысла жизни, хотя главный, ведущий смысл иерархии может измениться. Это происходит тогда, когда структура смысла жизни является иерархией гармонического взаимодействия больших и малых смыслов жизни человека.

Вторая–деструктивная*-* стратегия старения будет характеризоваться так называемой распадающейся структурой смысла жизни, когда структурная иерархия во многом перестает существовать. В этом случае субъективно ситуация может восприниматься как потеря смысла жизни вообще. Итак, из рассмотрения кризиса встречи со старостью становится понятным, что дальнейшая специфика эмоциональных переживаний будет определяться выбранной в процессе кризиса стратегией старения. Можно только в целом сказать, что и пожилой человек испытывает радость жизни. Согласно Ш. Бюлер, для ощущения счастья человеку необходимы удовлетворение потребностей, адаптированность к ситуации, творческая активность и сохранение внутренней гармонии. Действительно, счастливые пожилые люди в основном удовлетворены своим материальным благосостоянием. Принимают собственный возраст, внутренне уравновешены. Имеют возможность реализовать себя через различные аспекты творчества и общения в широких смыслах. Творчество может проявляться не только в создании научных или художественных ценностей, но и в работе на дачном участке, приготовлении пищи и т. п. Также и общение в широком смысле предполагает не только взаимодействие с родными и друзьями, но и общение с живой и неживой природой: животными, растениями, уголками природы в целом. При этом необходимо заметить, что хорошее здоровье, которому общественный стереотип старения придает главное внимание, не является обязательным как для переживания счастья, так и для нормального функционирования в старости.

Любопытную точку зрения на успешность адаптации к старости представила известный детский психоаналитик М. Кляйн. Она утверждала, что подоплекой психического здоровья, основой внутренних ресурсов и жизнерадостности является отсутствие зависти к другим людям. Пожилым, по ее мнению, такое отношение к жизни позволяет примириться со знанием, что молодость не вернется, и испытывать интерес к жизни молодых. Деструктивная стратегия старения, как мы уже говорили, в литературе описана наиболее полно, поэтому эмоциональные особенности людей, выбравших эту стратегию, обсудим подробнее. Прежде всего нужно отметить, что данная стратегия, направленная на сохранение человека как индивида, отличается необходимостью сбережения эмоциональных ресурсов. Для этого у человека формируются специфические защитные механизмы. Заметим, что конструктивная стратегия предполагает, наоборот, возможность траты эмоциональных ресурсов.

Одним из наиболее распространенных переживаний является старческая озабоченность (беспокойство). По мнению М.В.Ермолаевой, хроническая озабоченность играет роль своеобразной готовности к фрустрации, поэтому помогает избежать сильных эмоциональных всплесков в действительно критических ситуациях.

Кроме того, переживание озабоченности придает остроту субъективной картине настоящего (помогает избежать скуки), является одним из способов структурирования времени. В связи с этим легко объяснить такое явление, как слишком сильные, казалось бы, неадекватные переживания пожилых людей. Имеется в виду то, что острые эмоциональные реакции у них вызывают довольно слабые раздражители. Это необходимо им для преодоления социального или эмоционального голода в ситуации сенсорной изоляции.

В качестве защитного механизма можно рассматривать также эмоциональное отстранение, внешне проявляемое как безразличие. О таком человеке родные говорят: он слышит и видит только то, что хочет. Но эмоциональное отстранение помогает избежать глубоких страданий, которыми особенно насыщена старость, таких, как уход из жизни супруга, братьев и сестер и т. п.

Помимо активного использования тех или иных защитных механизмов типичным для данной стратегии старения является возрастно-ситуационная депрессия. Это равномерное и стойкое понижение настроения, впервые возникшее в старости. Субъективно оно переживается как чувство пустоты, ненужности, не интересности всего происходящего, остро негативного восприятия собственного будущего. Все чаще человек пребывает в подавленном, грустном настроении без наличия для этого объективных оснований. Возрастают обидчивость и тревожная мнительность, а отрицательные эмоциональные реакции на те или иные неприятности становятся довольно затяжными.

При этом самому пожилому человеку это состояние кажется нормальным, поэтому всякая помощь отвергается. Содержанием возрастно-ситуационной депрессии является непринятие собственного старения. А основным травмирующим фактором- собственный возраст.

Н.Ф. Шахматов выделяет три основных варианта проявления депрессии Первый-это ипохондрическая фиксация на болезненных ощущениях. Человек постоянно прислушивается к болезненным симптомам, живо обсуждает их с окружающими. Возможно, сверхценное отношение к медицинским препаратам и способам лечения. При этом выбранному способу оздоровления может отводиться основное содержание психической жизни. Второй вариант депрессии -это наличие у человека ярких идей о притеснении. Отношение окружающих представляется несправедливым. Ему кажется, что все вокруг его притесняют морально и физически. Основное чувство - это обида, а мысль - «от меня все хотят избавиться». Как правило, доказать рациональным путем отсутствие притеснений невозможно из-за сниженной критичности человека. Третий вариант- это наличие у человека тенденции к вымыслам, свидетельствующим о его особой значимости. Здесь пожилой человек стремится рассказывать действительные эпизоды из своей жизни с преувеличением значимости своего в них участия или целиком выдумывает их.

Если старческое беспокойство, эмоциональное отстранение и в какой-то степени депрессия выполняют своеобразные защитные функции, то чувство ненужности способствует как психологическому, так и биологическому увяданию. Ему часто сопутствует чувство незащищенности. К сожалению, эти чувства типичны для современных пожилых людей. Но при этом следует отметить, что часто они не соответствуют реальной жизненной ситуации человека. Он может иметь вполне заботливых родственников или даже жить с ними, приносить им ту или иную реальную пользу, но все равно остро испытывать чувство ненужности.

Мы предполагаем, что возможны два источника этого чувства. Первый- когда человек перестает быть нужным самому себе и проецирует ненужность самому себе на окружение. Второй-это слабость Я человека. Ему необходимо постоянное подтверждение своей нужности, чтобы ощущать свое существование: «Я нужен- значит я существую». С выходом на пенсию уменьшается количество способов быть нужным из-за снижения материального достатка, физических сил, и это может восприниматься как угроза целостности Я человека. Как можно заметить, оба источника взаимосвязаны.

Некоторые исследователи полагают, что многие формы поведения, традиционно приписываемые старым людям: резкие реакции, склонность к размышлениям, замкнутость, критика окружения, — можно трактовать как способы собственной борьбы со страхами и беспокойством.

Кроме того, исследователи отмечают, что эмоциональные реакции на окончание профессиональной деятельности часто вызывают всплеск психосоматики, особенно у мужчин. Это относится к людям, которые отождествляют себя с работой и имеют сильное профессиональное Я илиже компенсируют фрустрации и депрессивные реакции с помощью социального успеха и работы. Лишение работы в этом случае может повлечь психосоматическую смерть через 1 — 2 года по окончании профессиональной деятельности.

Следующий распространенный источник психосоматики- это неудовлетворенность пожилым человеком прожитой жизнью. Многим пожилым людям слишком больно обращаться к своему прошлому, поскольку это показывает, что человек не управлял своей жизнью, что не удалось полностью реализовать свои способности. Поэтому они избегают диалога с прожитой жизнью, вытесняют чувства и мысли, которые приносят боль. Это происходит в форме отчаяния, апатии или же бесцельной суетливости.

Важнейшим источником психосоматики также можно назвать трудности пожилых людей в осознании и проявлении чувства гнева. Понятно, что объективных и субъективных причин для появления гнева у пожилого человека достаточно много. Гнев может возникать в отношении близких, окружающих людей (врачей, соседей) или же правительства страны. Однако гнев является наименее социально одобряемой реакцией. Поэтому часть пожилых прибегают к ретрофлексии гнева: делают с собой то, что хотели бы сделать другим, т. е. прибегают к саморазрушению. Другие пожилые дефлексируют гнев, т.е. никак не выражают это чувство, даже забывают о нем. Но при наличии подходящего момента вдруг выражают его столь резко, что вызывают удивление у окружающих. Некоторые пожилые проецируют свой гнев на других, представляя, что все остальные гневаются на них, а не они сами. Но и те, и другие, и третьи способы защиты пожилого от осознания чувства гнева могут привести к возникновению психосоматических заболеваний. К примеру, многие авторы отмечают, что гипертония и ревматическая патология у пожилых обусловлены во многом направленной вовнутрь агрессией.

Подвести итоги обсуждения проблемы психосоматики в старости можно следующими словами: «Если больной не в состоянии интегрировать старость в свою жизнь, его тело даст ему знать об этом. Если больной пытается ускользнуть от страдания, причиняемого ему старостью, отрицает или вытесняет его, тем самым он будет страдать телом»

Помимо психосоматических проявлений реакцией на непринятие собственной старости может стать суицид. Э. Гроллман приводил такие данные. У людей старше 65 лет наблюдается 25 % всех самоубийств, несмотря на то, что они составляют только 11% всего населения. Но, по его мнению, истинная частота суицидов в этом возрасте значительно выше. «Пожилые люди маскируют свои суицидальные намерения тем, что могут буквально заморить себя голодом, передозировать, перепутать или не принять вовремя лекарство» Человеком овладевают безнадежность, вина, самоосуждение и раздражительность. Люди ощущают свою не желанность, бесполезность, в силу чего приходят к заключению, что жизнь не имеет смысла. В целом же можно сделать вывод, что действительно для большей части современных стариков свойственно понижение общего фона настроения в старости и преобладание так называемых негативных эмоциональных состояний: тревоги, печали, страха, гнева, обиды. Итак, подводя итоги обсуждению эмоциональной сферы в старости, можно еще раз сказать следующее. Вопреки общепринятому мнению старость не всегда сопровождается негативными эмоциями. Часто пожилой человек переживает такое счастье, какое трудно испытать в молодости, чувствует радость и удовольствие от жизни.

**Практическое задание 2.**

Подготовьте беседу с членами семьи инвалида, в которой Вам надо рассказать об особенностях его эмоциональных переживаний.

**Практическое задание 3**.

Выполните методику и сделайте анализ метода опосредованного запоминания и объясните возможности его использования для инвалидов и лиц пожилого возраста

Инструкция:«Вам будет предложен для запоминания перечень слов и словосочетаний. Перечень этот большой, и с первого предъявления его трудно запомнить. Однако для облегчения запоминания Вы можете сразу после предъявления слова или словосочетания выполнить в качестве узелка на память то или иное изображение, которое затем поможет Вам воспроизвести предъявленный материал. Качество рисунка не имеет никакого значения. Помните, что этот рисунок Вы выполняете для себя в целях облегчения запоминания. Каждое изображение должно соответствовать номеру предъявляемого слова».

После предъявления инструкции учащимся зачитывают слова, очень четко и один раз, поочередно с интервалом не более 30 секунд. Перед каждым словом или словосочетанием называется го порядковый номер, который записывается учащимися, а затем уже выполняется рисунок. Воспроизведение предъявленного словесного материала может быть осуществлено спустя один час и более.

1.Веселый праздник     9.Ядовитый вопрос   17.Богатство

2.Тяжелая работа        10.Дружба                  18.Голодный ребенок

3.Развитие                   11.Темная ночь          19.Отчаяние

4.Вкусный ужин           12.Печаль                   20.Сердитая учительница

5.Смелый поступок       13.Справедливость  21.Глухая старуха

6.Болезнь                       14.Сомнение            22.Мальчик-трус

7.Счастье                       15.Теплый ветер     23.Неизвестность

8.Разлука                        16.Обман                24.Страх

**Практическое задание 4**.

Выполните методику логичности мышления и объясните особенности мышления у инвалидов и лиц пожилого возраста

1. Все металлы проводят электричество. Ртуть – металл. Следовательно, ртуть проводит электричество.
2. Все арабы смуглы. Ахмед смугл. Следовательно, Ахмед – араб.
3. Некоторые капиталистические страны – члены НАТО. Япония – капиталистическая страна. Следовательно, Япония – член НАТО.
4. Все Герои Советского Союза награждались орденом Ленина. Иванов награжден орденом Ленина. Следовательно, Иванов – Герой Советского Союза.
5. Лица, занимающиеся мошенничеством, привлекаются к уголовной ответственности. Петров мошенничеством не занимался. Следовательно, Петров не привлекался к уголовной ответственности.
6. Все студенты высшей школы изучают логику. Смирнов изучает логику. Следовательно, Смирнов – студент вуза.
7. Некоторые работники 2-го управления – юристы. Фомин – юрист. Следовательно, Фомин – работник 2-го управления.
8. Все граждане России имеют право на труд. Иванов – гражданин России. Следовательно, Иванов имеет право на труд.
9. Все металлы куются. Золото – металл. Следовательно, золото куется.
10. Когда идет дождь – крыши домов мокрые. Крыши домов мокрые. Следовательно, идет дождь.
11. Все коммунисты выступают против войны. Джонс выступает против войны. Следовательно, Джонс – коммунист.
12. Все коренные жители Конго – негры. Мухамед – негр. Следовательно, Мухамед – житель Конго.
13. Все студенты 3-го курса выполнили нормы ГТО второй ступени. Володя выполнил норму ГТО второй ступени. Следовательно, Володя – студент 3-го курса.
14. Некоторые капиталистические страны входят в состав Общего рынка. Австрия – капиталистическая страна. Следовательно, Австрия входит в состав Общего рынка.

**Практическое задание 5.**

Выполните методику и объясните способы совладающего поведения у инвалидов и лиц пожилого возраста

Опросник "Способы совладающего поведения" (ССП) Р. Лазарус  (R. Lazarus)  и С. Фолкман (S. Folkman), (копинг механизмов,  копинг стратегий) преодоления трудностей в различных сферах: трудности в работе, трудности в обучении, трудности в общении, трудности в любви и т.д.

Инструкция к тесту Лазаруса: Вам предлагаются 50 утверждений, описывающих ваше поведение в трудной жизненной ситуации. Оцените, как часто данные варианты поведения проявляются у вас.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Оказавшись в трудной ситуации, я ... | никогда | редко | иногда | часто |
| 1 | ... сосредотачивался на том, что мне нужно было делать дальше - на следующем шаге |  |  |  |  |
| 2 | ... начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать, главное - делать хоть что-нибудь |  |  |  |  |
| 3 | ... пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение |  |  |  |  |
| 4 | ... говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации |  |  |  |  |
| 5 | ... критиковал и укорял себя |  |  |  |  |
| 6 | ... пытался не сжигать за собой мосты, оставляя все, как оно есть |  |  |  |  |
| 7 | ... надеялся на чудо |  |  |  |  |
| 8 | ... смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет |  |  |  |  |
| 9 | ... вел себя, как будто ничего не произошло |  |  |  |  |
| 10 | ... старался не показывать своих чувств |  |  |  |  |
| 11 | ... пытался увидеть в ситуации что-то положительное |  |  |  |  |
| 12 | ... спал больше обычного |  |  |  |  |
| 13 | ... срывал свою досаду на тех, кто навлек на меня проблемы |  |  |  |  |
| 14 | ... искал сочувствия и понимания у кого-нибудь |  |  |  |  |
| 15 | ... во мне возникла потребность выразить себя творчески |  |  |  |  |
| 16 | ... пытался забыть все это |  |  |  |  |
| 17 | ... обращался за помощью к специалистам |  |  |  |  |
| 18 | ... менялся или рос как личность в положительную сторону |  |  |  |  |
| 19 | ... извинялся или старался все загладить |  |  |  |  |
| 20 | … составлял план действии |  |  |  |  |
| 21 | ... старался дать какой-то выход своим чувствам |  |  |  |  |
| 22 | ... понимал, что сам вызвал эту проблему |  |  |  |  |
| 23 | ... набирался опыта в этой ситуации |  |  |  |  |
| 24 | ... говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации |  |  |  |  |
| 25 | ... пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами |  |  |  |  |
| 26 | ... рисковал напропалую |  |  |  |  |
| 27 | ... старался действовать не слишком поспешно, доверяясь первому по­рыву |  |  |  |  |
| 28 | ... находил новую веру во что-то |  |  |  |  |
| 29 | ... вновь открывал для себя что-то важное |  |  |  |  |
| 30 | ... что-то менял так, что все улаживалось |  |  |  |  |
| 31 | ... в целом избегал общения с людьми |  |  |  |  |
| 32 | ... не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться |  |  |  |  |
| 33 | ... спрашивал совета у родственника или друга, которых уважал |  |  |  |  |
| 34 | ... старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела |  |  |  |  |
| 35 | ... отказывался воспринимать это слишком серьезно |  |  |  |  |
| 36 | ... говорил о том, что я чувствую |  |  |  |  |
| 37 | ... стоял на своем и боролся за то, чего хотел |  |  |  |  |
| 38 | ... вымещал это на других людях |  |  |  |  |
| 39 | ... пользовался прошлым опытом - мне приходилось уже попадать в такие ситуации |  |  |  |  |
| 40 | ... знал, что надо делать и удваивал свои усилия, чтобы все наладить |  |  |  |  |
| 41 | … отказывался верить, что это действительно произошло |  |  |  |  |
| 42 | ... я давал обещание, что а следующий раз все будет по-другому |  |  |  |  |
| 43 | ... находил пару других способов решения проблемы |  |  |  |  |
| 44 | ... старался, что мои эмоции не слишком мешали мне в других делах |  |  |  |  |
| 45 | ... что-то менял в себе |  |  |  |  |
| 46 | ... хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось |  |  |  |  |
| 47 | ... представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться |  |  |  |  |
| 48 | ... молился |  |  |  |  |
| 49 | .. прокручивал в уме, что мне сказать или сделать |  |  |  |  |
| 50 | ... думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь и старался подражать ему |  |  |  |  |

Ключ к тесту Лазаруса:

8 субшкал:

* Конфронтационный копинг - пункты: 2,3,13,21,26,37.
* Дистанцирование - пункты: 8,9,11,16,32,35.
* Самоконтроль - пункты: 6,10,27,34,44,49,50.
* Поиск социальной поддержки - пункты: 4,14,17,24,33,36.
* Принятие ответственности - пункты: 5,19,22,42.
* Бегство-избегание - пункты: 7,12,25,31,38,41,46,47.
* Планирование [решения проблемы](http://psycabi.net/psikhologiya-samorazvitiya/kak-dobitsya-uspekha/679-najti-pravilnoe-reshenie-v-trudnoj-situatsii) - пункты: 1,20,30,39,40,43.
* Положительная переоценка - пункты: 15,18,23,28,29,45,48.

Обработка результатов:

1**.** подсчитываются баллы, суммируя по каждой субшкале:

* никогда – 0 баллов;
* редко – 1 балл;
* иногда – 2 балла;
* часто - 3 балла

2. вычисляются по формуле: X = сумма балов / max балл100

Максимальное значение по вопросу, которое может набрать испытуемый 3, а по всем вопросам субшкалы максимально 18 баллов, например, испытуемый набрал 12 баллов: 12/18Х100=66,7 - это и есть уровень напряженности конфронтационного копинга.

3**.** более простой вариант, по суммарному баллу:

* 0-6 – низкий уровень напряженности;
* 7-12 – средний;
* 13-18 – высокая напряженность копинга.

Интерпретация результатов копинг теста Лазаруса.

1) Конфронтация. Разрешение проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления конкретных действий. Часто стратегия конфронтации рассматривается как неадаптивная, однако при умеренном использовании она обеспечивает способность личности к сопротивлению трудностям, энергичность и предприимчивость при разрешении проблемных ситуаций, умение отстаивать собственные интересы;

2) Дистанцирование. Преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее. Характерно использование интеллектуальных приемов рационализации, переключения внимания, отстранения, юмора, обесценивания и т. п.;

3) Самоконтроль. Преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на восприятие ситуации и выбор стратегии поведения, высокий контроль поведения, стремление к самообладанию;

4) Поиск социальной поддержки. Разрешение проблемы за счет привлечения внешних (социальных) ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки. Характерны ориентированность на взаимодействие с др. людьми, ожидание поддержки, внимания, совета, сочувствия, конкретной действенной помощи;

5) Принятие ответственности. Признание субъектом своей роли в возникновении проблемы и ответственности за ее решение, в ряде случаев с отчетливым компонентом самокритики и самообвинения. Выраженность данной стратегии в поведении может приводить к неоправданной самокритике и самобичеванию, переживанию чувства вины и хронической неудовлетворенности собой;

6) Бегство-избегание. Преодоление личностью негативных переживаний в связи с трудностями за счет реагирования по типу уклонения: отрицания проблемы, фантазирования, неоправданных ожиданий, отвлечения и т. п. При отчетливом предпочтении стратегии избегания могут наблюдаться инфантильные формы поведения в стрессовых ситуациях;

7) Планирование решения проблемы. Преодоление проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов;

8) Положительная переоценка. Преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет ее положительного переосмысления, рассмотрения ее как стимула для личностного роста. Характерна ориентированность на надличностное, философское осмысление проблемной ситуации, включение ее в более широкий контекст работы личности над саморазвитием.

**Практическое задание 6**.

Выполните методику и дайте анализ характера и поведения человека с точки зрения этих особенностей. Методика Леонгарда Акцентуации характера.

Инструкция:

Вам будут предложены утверждения, касающиеся вашего характера. Отвечайте, долго не раздумывая, вы можете выбрать один их двух ответов: "да" или "нет**",**других вариантов ответов нет. Свой ответ нужно отметить в ответном бланке, поставив крестик в окошке "да" или "нет" напротив цифры, соответствующей номеру вопроса.

Стимульный материал.

1. Является ли ваше настроение в общем веселым и беззаботным?
2. Восприимчивы ли вы к обидам?
3. Случалось ли вам иногда быстро заплакать?
4. Всегда ли вы считаете себя правым в том деле, которое делаете, и вы не успокоитесь, пока не убедитесь в этом?
5. Считаете ли вы себя более смелым, чем в детском возрасте?
6. Может ли ваше настроение меняться от глубокой радости до глубокой печали?
7. Находитесь ли вы в компании в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без достаточных оснований находитесь в угрюмом и раздражительном настроении и ни с кем не хотите разговаривать?
9. Серьезный ли вы человек?
10. Можете ли вы сильно воодушевиться?
11. Предприимчивы ли вы?
12. Быстро ли вы забываете, если вас кто-нибудь обидит?
13. Мягкосердечный ли вы человек?
14. Пытаетесь ли вы проверить после того, как опустили письмо в почтовый ящик, не осталось ли оно висеть в прорези?
15. Всегда ли вы стараетесь быть добросовестным в работе?
16. Испытывали ли вы в детстве страх перед грозой или собаками?
17. Считаете ли вы других людей недостаточно требовательными друг к другу?
18. Сильно ли зависит ваше настроение от жизненных событий и переживаний?
19. Всегда ли вы прямодушны со своими знакомыми?
20. Часто ли ваше настроение бывает подавленным?
21. Был ли у вас раньше истерический припадок или истощение нервной системы?
22. Склонны ли вы к состояниям сильного внутреннего беспокойства или страстного стремления?
23. Трудно ли вам длительное время просидеть на стуле?
24. Боретесь ли вы за свои интересы, если кто-то поступает с вами несправедливо?
25. Смогли бы вы убить человека?
26. Сильно ли вам мешает косо висящая гардина или неровно настланная скатерть, настолько, что вам хочется немедленно устранить эти недостатки?
27. Испытывали ли вы в детстве страх, когда оставались одни в квартире?
28. Часто ли у вас без причины меняется настроение?
29. Всегда ли вы старательно относитесь к своей деятельности?
30. Быстро ли вы можете разгневаться?
31. Можете ли вы быть бесшабашно веселым?
32. Можете ли вы иногда целиком проникнуться чувством радости?
33. Подходите ли вы для проведения увеселительных мероприятий?
34. Высказываете ли вы обычно людям свое откровенное мнение по тому или иному вопросу?
35. Влияет ли на вас вид крови?
36. Охотно ли вы занимаетесь деятельностью, связанной с большой ответственностью?
37. Склонны ли вы вступиться за человека, с которым поступили несправедливо?
38. Трудно ли вам входить в темный подвал?
39. Выполняете ли вы кропотливую черную работу так же медленно и тщательно, как и любимое вами дело?
40. Являетесь ли вы общительным человеком?
41. Охотно ли вы декламировали в школе стихи?
42. Убегали ли вы ребенком из дома?
43. Тяжело ли вы воспринимаете жизнь?
44. Бывали ли у вас конфликты и неприятности, которые так изматывали вам нервы, что вы не выходили на работу?
45. Можно ли сказать, что вы при неудачах не теряете чувство юмора?
46. Сделаете ли вы первым шаг к примирению, если вас кто-то оскорбит?
47. Любите ли вы животных?
48. Уйдете ли вы с работы или из дому, если у вас там что-то не в порядке?
49. Мучают ли вас неопределенные мысли, что с вами или с вашими родственниками случится какое-нибудь несчастье?
50. Считаете ли вы, что настроение зависит от погоды?
51. Затруднит ли вас выступить на сцене перед большим количеством зрителей?
52. Можете ли вы выйти из себя и дать волю рукам, если вас кто-то умышленно грубо рассердит?
53. Много ли вы общаетесь?
54. Если вы будете чем-либо разочарованы, придете ли в отчаяние?
55. Нравится ли вам работа организаторского характера?
56. Упорно ли вы стремитесь к своей цели, даже если на пути встречается много препятствий?
57. Может ли вас так захватить кинофильм, что слезы выступят на глазах?
58. Трудно ли вам будет заснуть, если вы целый день размышляли над своим будущим или какой-нибудь проблемой?
59. Приходилось ли вам в школьные годы пользоваться подсказками или списывать у товарищей домашнее задание?
60. Трудно ли вам пойти ночью на кладбище?
61. Следите ли вы с большим вниманием, чтобы каждая вещь в доме лежала на своем месте?
62. Приходилось ли вам лечь спать в хорошем настроении, а проснуться в удрученном и несколько часов оставаться в нем?
63. Можете ли вы с легкостью приспособиться к новой ситуации?
64. Есть ли у вас предрасположенность к головной боли?
65. Часто ли вы смеетесь?
66. Можете ли вы быть приветливым с людьми, не открывая своего истинного отношения к ним?
67. Можно ли вас назвать оживленным и бойким человеком?
68. Сильно ли вы страдаете из-за несправедливости?
69. Можно ли вас назвать страстным любителем природы?
70. Есть ли у вас привычка проверять перед сном или перед тем, как уйти, выключен ли газ и свет, закрыта ли дверь?
71. Пугливы ли вы?
72. Бывает ли, что вы чувствуете себя на седьмом небе, хотя объективных причин для этого нет?
73. Охотно ли вы участвовали в юности в кружках художественной самодеятельности, в театральном кружке?
74. Тянет ли вас иногда смотреть вдаль?
75. Смотрите ли вы на будущее пессимистически?
76. Может ли ваше настроение измениться от высочайшей радости до глубокой тоски за короткий период времени?
77. Легко ли поднимается ваше настроение в дружеской компании?
78. Переносите ли вы злость длительное время?
79. Сильно ли вы переживаете, если горе случилось у другого человека?
80. Была ли у вас в школе привычка переписывать лист в тетради, если вы поставили на него кляксу?
81. Можно ли сказать, что вы больше недоверчивы и осторожны, нежели доверчивы?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Возникала ли у вас мысль против воли броситься из окна, под приближающийся поезд?
84. Становитесь ли вы радостным в веселом окружении?
85. Легко ли вы можете отвлечься от обременительных вопросов и не думать о них?
86. Трудно ли вам сдержать себя, если вы разозлитесь?
87. Предпочитаете ли вы молчать (да), или вы словоохотливы (нет)?
88. Могли бы вы, если пришлось бы участвовать в театральном представлении, с полным проникновением и перевоплощением войти в роль и забыть о себе?

Ключ

1. Демонстративность, истероидность х2 ( получившееся значение  шкалы умножить на 2)

Сложить +: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88

Вычесть (—): 51

2. Застревание, ригидность х2

+: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81

-: 12, 46, 59

3. Педантичность x2

+: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83

-: 36

4. Неуравновешенность, возбудимость хЗ

+: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86

-: Нет

5. Гипертимность хЗ

+: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77

-: Нет

6. Дистимичность хЗ

+: 9, 21, 43, 75, 87

-: 31, 53, 65

7. Тревожность, боязливость хЗ

+: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82

-: 5

8. Циклотимичность хЗ

+: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84

-: Нет

9. Аффективность, экзальтированность х6

+: 10, 32, 54, 76

-: Нет

10. Эмотивность, лабильность хЗ

+: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79

— : 25

0-12 – свойство не выражено

13-18 – средняя степень выраженности свойства (тенденция к тому или иному типу акцентуации личности)

19-24 – признак акцентуации

Описание типов акцентуаций личности по К. Леонгарду

1. Демонстративный тип. Характеризуется повышенной способностью к вытеснению, демонстративностью поведения, живостью, подвижностью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на приукрашивание своей персоны, авантюризму, артистизму, к позерству. Им движет стремление к лидерству, потребность в признании, жажда постоянного внимания к своей персоне, жажда власти, похвалы; перспектива быть незамеченным отягощает его. Он демонстрирует высокую приспособление к людям, эмоциональную лабильность (легкую смену настроений) при отсутствии действительно глубоких чувств, склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Отмечается беспредельный эгоцентризм, жажда восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в его присутствии вызывает у него особо неприятные ощущения, он этого не выносит. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка сильно далека от объективности. Может раздражать своей самоуверенностью и высокими притязаниями, сам систематически провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Обладая патологической способностью к вытеснению, он может полностью забыть то, о чем он не желает знать. Это расковывает его во лжи. Обычно лжет с невинным лицом, поскольку то, о чем он говорит, в данный момент, для него является правдой; по-видимому, внутренне он не осознает свою ложь, или же осознает очень неглубоко, без заметных угрызений совести. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков.

2.Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен "легко отходить" от обид. Для него характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется и проявляет большое упорство в достижении своих целей. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике

3.Педантичный тип. Характеризуется ригидностью, инертностью психических процессов, тяжестью на подъем, долгим переживанием травмирующих событий. В конфликты вступает редко, выступая скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку, скрупулезен, добросовестен, склонен жестко следовать плану, в выполнении действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность, склонен к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы, брюзжанию, формализму. С охотой уступает лидерство другим людям. 

4.Возбудимый тип. Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Ему характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным.

5.Гипертимный тип.  Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими. Часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Они почти всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус, нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к чревоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, веселые, легкомысленные, поверхностные. И, вместе с тем, деловитые, изобретательные, блестящие собеседники. Люди, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Им характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. Склонны к аморальным поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству. Испытывают недостаточно серьезное отношение к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

6. Дистимный тип.  Люди этого типа отличаются серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни. Они добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит и готовы им подчиниться, располагают обостренным чувством справедливости, а также замедленностью мышления.

7. Тревожный тип**.**  Людям данного типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Они сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. Охотно подчиняются опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у них угрызения совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У них рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные и этические требования. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, где они могут в большей мере раскрыть свои способности. Свойственные им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешают сблизиться с теми, с кем хочется, особо слабым звеном является реакция на отношение к ним окружающих. Непереносимость насмешек, подозрения сопровождаются неумением постоять за себя, отстоять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях они ищут поддержки и опоры. Они обладают дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей беззащитности нередко служат "козлами отпущения", мишенями для шуток.

8. Циклотимный тип. Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Им свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии: жажда деятельности, повышенная говорливость, скачка идей; печальные— подавленность, замедленность реакций и мышления, так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми. В подростковом возрасте можно обнаружить два варианта циклотимической акцентуации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды в детстве обычно производят впечатление гипертимных, но затем проявляется вялость, упадок сил, то, что раньше давалось легко, теперь требует непомерных усилий. Прежде шумные и бойкие, они становятся вялыми домоседами, наблюдается падение аппетита, бессонница, или, наоборот, сонливость. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, в глубине души, однако, впадая при этом в уныние, глубокую депрессию, не исключены суицидальные попытки. Учатся неровно, случившиеся упущения наверстывают с трудом, порождают в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. "Плохие" дни отмечаются более насыщенными дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку.

9. Экзальтированный тип. Яркая черта этого типа- способность восторгаться, восхищаться, а также- улыбчивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние- от печальных. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Они привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, порывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики.

10. Эмотивный тип**.** Этот тип родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Для них характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженная черта- гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, сорадование чужим успехам. Они впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие люди. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому-либо угрожает опасность, такие сцены могут вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не "выплескиваются" наружу. Им свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными.

**Практическое задание 7**.

Познакомьтесь с методиками, выявляющими различные стороны развития интеллекта и объясните возможности их использования в работе с инвалидами и лицами пожилого возраста

Интелле́кт  -качество [психики](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%BA%D0%B0), состоящее из способности адаптироваться к новым ситуациям, способности к обучению на основе опыта, пониманию и применению абстрактных концепций и использованию своих знаний для управления окружающей средой.

Коэффицие́нт [интелле́кта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82" \o "Интеллект) ([англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) IQколичественная оценка уровня [интеллекта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82) [человека](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA_%D1%80%D0%B0%D0%B7%D1%83%D0%BC%D0%BD%D1%8B%D0%B9): относительно уровня интеллекта среднестатистического человека такого же возраста. Определяется с помощью специальных [тестов](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5). Коэффициент интеллекта является попыткой оценки [фактора общего интеллекта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80_%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D0%B3%D0%BE_%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B0) (g). Тесты IQ разрабатываются так, чтобы результаты описывались [нормальным распределением](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D1%80%D0%B0%D1%81%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5) со средним значением IQ, равным 100, и таким разбросом, чтобы 50 % людей имели IQ между 90 и 110 и по 25 % - ниже 90 и выше 110. Значение IQ менее 70 часто квалифицируется как [умственная отсталость](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A3%D0%BC%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%BE%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C). Понятие коэффициента интеллекта ввёл немецкий учёный [Вильгельм Штерн](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BD,_%D0%92%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D1%8F%D0%BC) в [1912 году](https://ru.wikipedia.org/wiki/1912_%D0%B3%D0%BE%D0%B4).

Методики исследования интеллекта

["Интеллектуальная лабильность"](http://testoteka.narod.ru/int/1/02.html)

Данная методика используется для прогнозирования успешности в обучении и освоении нового вида деятельности. Интеллектуальная лабильность, тест для человека очень важной является способность к его переключению, или интеллектуальная лабильность, тест на которую проводят с целью прогноза успешности в профессиональном обучении, освоении нового вида деятельности. Материал для обследования, состоящий из 40 быстро перечисляемых заданий, предлагается в устной форме. Для проверки уровня интеллектуальной лабильности тест предусматривает задания, требующие быстрого переключения внимания, начиная уже с того, что их номера не совпадают с порядком нумерации квадратов. Ответы, вписываемые в бланк, могут представлять собой буквы, цифры, прямые линии, а также различные геометрические фигуры. Высокий уровень интеллектуальной лабильности предполагает не более 4 допущенных недочетов. При наличии же 15 ошибок и более, переключаемость между процессами возбуждения и торможения очень низка. С помощью специально разработанной методики интеллектуальная лабильность человека становится практически «прозрачной». Способность нервной системы к быстрому переходу от состояния возбуждения к торможению или же, наоборот, оценивается следующим образом: хорошая, средняя, низкая и очень низкая. Современный мир требует от человека достаточно высокого уровня интеллектуальной лабильности. Ведь только при хорошей способности нервной системы к своевременному переключению можно достичь значительных успехов в выбранной сфере деятельности. Это объясняется тем, что получение любых новых знаний и умений требует обучения, способность к которому зависит от интеллекта и такого его свойства, как лабильность.

[Краткий ориентировочный тест](http://testoteka.narod.ru/int/1/03.html)  Э.Ф. Вандерлика  предназначен для измерения интеллектуальных способностей. Высокий показатель по данному тесту говорит о возможной успешности в любой профессии творческого класса. Установленный уровень является многопараметрическим показателем общих способностей. Данная методика позволяет выделить эти параметры и проанализировать их.

-Способности обобщения и анализа материала устанавливаются на основе выполнения заданий на пословицы. Эти задания требуют абстрагирования от конкретной фразы и перехода в область интерпретации смыслов, установления их пересечений и нового возврата к конкретным фразам.

-Гибкость мышления как компонент общих способностей также определяется по выполнению заданий на пословицы. Если ассоциации испытуемого носят хаотический характер, то можно говорить о ригидности

-Инертность мышления и переключаемость- это важные характеристики общих способностей к обучению. Для их диагностики предусмотрено специальное расположение заданий в данном тесте. Чередование различных типов заданий в тексте может затруднять их решение лицам с инертными связями прошлого опыта. Такие лица с трудом меняют избранный способ работы, не склонны менять ход своих суждений, переключаться с одного вида деятельности на другой. Их интеллектуальные процессы малоподвижны, темп работы замедлен.

-Эмоциональные компоненты мышления и отвлекаемость выявляются по заданиям, которые могут снижать показатель теста у испытуемых (24, 27, 31 и др.). Эмоционально реагирующие испытуемые начинают улыбаться и обращаться к экспериментатору вместо того, чтобы быть направленными на объект, то есть задачу.

-Скорость и точность восприятия, распределение и концентрация внимания определяются заданиями №8 и 13. Они выявляют способность в сжатые сроки работать с самым разнообразным материалом, выделять основные содержания, сопоставлять цифры, знаки и т.п.

-Употребление языка, грамотность может быть проанализирована на основании выполнения заданий на умение пользоваться языком. Задача №8 предполагает элементарные знания иностранного языка (в пределах алфавита).

-Ориентировка устанавливается благодаря анализу стратегии выбора испытуемым задач для решения. Одни испытуемые решают все задачи подряд. Другие – только те, которые для них легки и решаются ими быстро.

-Определение легкости решения очень индивидуально. Здесь к тому же проявляются склонности тестируемых. Некоторые из них просматривают напечатанные на данном листе теста задания и выбирают сначала задачи математические, имеющие числовое содержание, а другие, пользуясь этой стратегией, предпочитают задачи вербальные.

-Пространственное воображение характеризуется по решению четырех задач, предполагающих операции в двумерном пространстве.

Таким образом, методика КОТ может быть использована для исследования относительно большого количества компонентов общих способностей. С ее помощью достаточно надежно прогнозируется обучаемость и деловые качества человека.

[Прогрессивные матрицы Равена](http://testoteka.narod.ru/int/1/07.html)Для определения интеллекта человека с помощью абстрактного материала, в котором требуется обнаружить логические отношения между отдельными элементами. Была разработана в 1936 году Джоном Равеном. Предназначен для диагностики уровня интеллектуального развития и оценивает способность к систематизированной, планомерной, методичной интеллектуальной деятельности. Автору методики удалось создать тест, который был бы теоретически обоснован, однозначно интерпретируем, и оценка которого минимально зависела бы от различий в образовании, происхождении и в жизненном опыте людей.  Тест состоит из 60 таблиц (5 серий). В каждой серии таблиц содержатся задания нарастающей трудности. В то же время характерно и усложнение типа заданий от серии к серии. Время прохождения теста ограничено и составляет 20 мин.

[Тесты Айзенка для измерения коэффициента интеллекта](http://testoteka.narod.ru/int/1/01.html) (IQ)Это тесты, предназначенные для определения общего уровня способностей. В них используется словесный, цифровой и графический материал в сочетании с различными способами формулировки и предъявления заданий.

# Тест Гилфорда «Социальный интеллект»

Социальный интеллект – это способность понимать намерения, чувства и эмоциональные состояния человека по вербальным (словесным) и невербальным проявлениям. Термин «социальный интеллект» был введен в психологию Э. Торндайком в 1920 году для обозначения «дальновидности в межличностных отношениях». Социальный интеллект связывают со способностью высказывать быстрые, почти автоматические суждения о людях, прогнозировать наиболее вероятные реакции человека. Это особый «социальный дар», обеспечивающий гладкость в отношениях с людьми, продуктом которого является социальное приспособление. Согласно концепции Гилфорда, социальный интеллект включает в себя 6 факторов, связанных с познанием поведения:

1. познание элементов поведения – способность выделять из контекста вербальную и невербальную экспрессию поведения;
2. познание классов поведения – способность распознать общие свойства в потоке экспрессивной или ситуативной информации о поведении;
3. познание отношений поведения – способность понимать отношения;
4. познание систем поведения – способность понимать логику развития целостных ситуаций взаимодействия людей, смысл их поведения в этих ситуациях;
5. познание преобразования поведения – способность понимать изменение значения сходного поведения (вербального и невербального) в разных ситуационных контекстах;
6. познание результатов поведения – способность предвидеть последствия поведения, исходя из имеющейся информации.

# Тест эмоционального интеллекта Холла

# **Эмоциональный интеллект (**ЭИ)— группа ментальных способностей, которые участвуют в осознании и понимании собственных эмоций и эмоций окружающих. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта хорошо понимают свои эмоции и чувства других людей, могут управлять своей эмоциональной сферой, и поэтому в обществе их поведение более адаптивно и они легче добиваются своих целей во взаимодействии с окружающими. Методика состоит из 30 пунктов. Пункты формируют 5 шкал, каждая из которых содержит 6 пунктов, пункты шкал не пересекаются:

1. Эмоциональная осведомленность
2. Управление своими эмоциями (скорее эмоциональная отходчивость, эмоциональная неригидность)
3. Самомотивация (скорее как раз произвольное управление своими эмоциями)
4. Эмпатия
5. Распознавание эмоций других людей (скорее умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей)

**Практическое задание 8.**

На основе алгоритма построения психологического портрета составьте план создания психологического портрета человека.

Алгоритм построения психологического портрета:

1.определение целей и задач составления портрета;

2. подбор схемы построения портрета;

3.выбор алгоритма принятия решения по результатам изучения личностных характеристик испытуемого;

4. подбор инструментария для получения первичной информации;

5. проведение процедуры сбора первичной информации;

6. обработка и систематизация первичной информации;

7. составление психологического портрета (с комментариями или без них);

8. передача портрета заказчику для принятия окончательного решения.

Подбор инструментария включает в себя выбор методов и методик получения первичной информации. Это могут быть не только тесты, но и метод беседы, наблюдения, интервью, анализ материальных следов, эксперимент.

Для составления психологического портрета можно провести тест Айзенка на определение темперамента

Стимульный материал:

1. Нравится ли вам оживление и суета вокруг вас?
2. Часто ли у вас бывает беспокойное чувство, что вам что-нибудь хочется, а вы не знаете что?
3. Вы из тех людей, которые не лезут за словом в карман?
4. Чувствуете ли вы себя иногда [счастливым](http://psycabi.net/psikhologiya-samorazvitiya/313-nevrotik-i-psikhologicheski-zdorovaya-lichnost-schastlivyj-chelovek), а иногда печальным без какой-либо причины?
5. Держитесь ли вы обычно в тени на вечеринках или в компании?
6. Всегда ли в детстве вы делали немедленно и безропотно то, что вам приказывали?
7. Бывает ли у вас иногда дурное настроение?
8. Когда вас втягивают в ссору, предпочитаете ли вы отмолчаться, надеясь, что все обойдется?
9. Легко ли вы поддаетесь переменам настроения?
10. Нравится ли вам находиться среди людей?
11. Часто ли вы теряли сон из-за своих тревог?
12. Упрямитесь ли вы иногда?
13. Могли бы вы назвать себя бесчестным?
14. Часто ли вам приходят хорошие мысли слишком поздно?
15. Предпочитаете ли вы работать в одиночестве?
16. Часто ли вы чувствуете себя апатичным и усталым без серьезной причины?
17. Вы по натуре живой человек?
18. Смеетесь ли вы иногда над неприличными шутками?
19. Часто ли вам что-то так надоедает, что вы чувствуете себя «сытым по горло»?
20. Чувствуете ли вы себя неловко в какой-либо одежде, кроме повседневной?
21. Часто ли ваши мысли отвлекаются, когда вы пытаетесь сосредоточиться на чем-то?
22. Можете ли вы быстро выразить ваши мысли словами?
23. Часто ли вы бываете погружены в свои мысли?
24. Полностью ли вы [свободны от всяких предрассудков](http://psycabi.net/testy/83-test-kommunikativnoj-tolerantnosti-v-v-bojko)?
25. Нравятся ли вам первоапрельские шутки?
26. Часто ли вы думаете о своей работе?
27. Очень ли вы любите вкусно поесть?
28. Нуждаетесь ли вы в дружески расположенном человеке, чтобы выговориться, когда вы раздражены?
29. Очень ли вам неприятно брать взаймы или продавать что-нибудь, когда вы нуждаетесь в деньгах?
30. Хвастаетесь ли вы иногда?
31. Очень ли вы чувствительны к некоторым вещам?
32. Предпочли бы вы остаться в одиночестве дома, чем пойти на скучную вечеринку?
33. Бываете ли вы иногда беспокойными настолько, что не можете долго усидеть на месте?
34. Склонны ли вы планировать свои дела тщательно и раньше чем следовало бы?
35. Бывают ли у вас головокружения?
36. Всегда ли вы отвечаете на письма сразу после прочтения?
37. Справляетесь ли вы с делом лучше, обдумав его самостоятельно, а не обсуждая с другими?
38. Бывает ли у вас когда-либо одышка, даже если вы не делали никакой тяжелой работы?
39. Можно ли сказать, что вы человек, которого не волнует, чтобы все было именно так, как нужно?
40. [Беспокоят ли вас ваши нервы](http://psycabi.net/psikhologiya-krasoty-i-zdorovya/kak-borotsya-so-stressom/94-kak-borotsya-so-stressom)?
41. Предпочитаете ли вы больше строить планы, чем действовать?
42. Откладываете ли вы иногда на завтра то, что должны сделать сегодня?
43. Нервничаете ли вы в местах, подобных лифту, метро, туннелю?
44. При знакомстве вы обычно первыми проявляете инициативу?
45. Бывают ли у вас сильные головные боли?
46. Считаете ли вы обычно, что все само собой уладится и придет в норму?
47. [Трудно ли вам заснуть ночью](http://psycabi.net/psikhologiya-krasoty-i-zdorovya/kak-borotsya-so-stressom/146-ne-mogu-usnut-lechenie-bessonnitsy-bez-lekarstv)?
48. Лгали ли вы когда-нибудь в своей жизни?
49. Говорите ли вы иногда первое, что придет в голову?
50. Долго ли вы переживаете после случившегося конфуза?
51. Замкнуты ли вы обычно со всеми, кроме близких друзей?
52. Часто ли с вами случаются [неприятности](http://psycabi.net/testy/178-ishchem-vykhod-iz-slozhnykh-situatsij-metodika-dlya-psikhologicheskoj-diagnostiki-koping-mekhanizmov-test-khajma)?
53. Любите ли вы рассказывать истории друзьям?
54. Предпочитаете ли вы больше выигрывать, чем проигрывать?
55. Часто ли вы чувствуете себя неловко в обществе людей выше вас по положению?
56. Когда обстоятельства против вас, обычно вы думаете тем не менее, что [стоит еще что-либо предпринять](http://psycabi.net/testy/213-kak-preodolet-trudnosti-oprosnik-sposoby-sovladayushchego-povedeniya-r-lazarusa-koping-test-lazarusa)?
57. Часто ли у вас сосет под ложечкой перед важным делом?

**Ключ, обработка результатов**

**Экстраверсия - интроверсия:**

«да» (+): 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56;

«нет» (-): 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

**Нейротизм (эмоциональная стабильность - эмоциональная нестабильность):**

«да» (+): 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

**«Шкала лжи»:**

«да» (+): 6, 24, 36;

«нет» (-): 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в 1 балл.

**Интерпретация результатов**

**Экстраверсия - интроверсия:**

больше 19 - яркий экстраверт, больше 15 - экстраверт, больше 12 - склонность к экстраверсии, 12 - среднее значение, меньше 12 - склонность к интроверсии, меньше 9 - интроверт, меньше 5 - глубокий интроверт.

**Нейротизм:**

больше 19 - очень высокий уровень нейротизма, больше 13 - высокий уровень нейротизма, 9 - 13 - среднее значение, меньше 9 - низкий уровень нейротизма.

**Ложь:** больше 4 - неискренность в ответах, свидетельствующая также о некоторой демонстративности поведения и ориентированности испытуемого на социальное одобрение, меньше 4 - норма.

**Практическое задание 9.**

Определите какой стратегии старости придерживаются лица, описанные в представленных ниже отрывках:

а)М.М. Пришвин, например, писал: «Неважно прошло у меня и детство, и отрочество, и юность, и вся молодость — все суета. Но старости начало (65 лет) меня радует...»

б)Марти­н Лютер«Старость — это живая могила».

в) французский писатель Андре Моруа: «Старость - это дурная привычка, для которой у активных людей нет времени».

г) Л.Н. Толстого «Смерть Ивана Ильича»: «...Он стал перебирать в воображении лучшие минуты своей приятной жизни. Но - странное дело — все эти лучшие минуты приятной жизни казались теперь совсем не тем, чем казались они тогда. Все — кроме первых воспоминаний детства. Там, в детстве, было что-то такое действительно приятное, с чем можно было жить, если бы оно вернулось. Но того человека, который испы­тывал это приятное, уже не было: это было как бы воспомина­ние о каком-то другом. Как только начиналось то, чего результатом был теперешний он, Иван Ильич, так все казавшиеся тогда радости теперь на гла­зах его таяли и превращались во что-то ничтожное и часто гадкое. И чем дальше от детства, чем ближе к настоящему, тем нич­тожнее и сомнительнее были радости...Женитьба... так нечаянно и разочарование... и чувственность, притворство! И эта мертвая служба, и эти заботы о деньгах, и так год, и два, и десять, и двадцать — и все то же. И что дальше, то мертвее. Точно равномерно я шел под гору, воображая, что иду на гору. Так и было. В общественном мнении я шел на гору, и ровно настолько из-под меня уходила жизнь... Так что ж это? Зачем? Не может быть. Не может быть, чтоб так бессмысленна, гадка была жизнь...»

д) Л. Сенека, нужно стараться, «чтобы жизнь наша, подобно драгоценности, брала не величиной, а весом. Бу­дем мерить ее делами, а не сроком.. Зачем ты спрашиваешь меня, когда я родился? Воз­раст принадлежит к числу вещей внешних. Требуй от меня, чтобы я не провел свой бесславный век, как в потемках, чтобы я жил, а не тащился мимо жизни. Ты спрашиваешь меня, каков самый долгий срок жиз­ни? Жить, пока не достигнешь мудрости, не самой даль­ней, но самой великой цели.

е) Илья Ильич Обломов ввиду близкого конца «становился все молчаливее и задумчивее, иногда даже плакал. Он предчувствовал близ­кую смерть и боялся ее».

ж) «Очень многие мои сверстницы- бывшие подруги и приятельницы- не смогли принять происшедших с ними перемен, своей беспомощности. Ведь по сравнению с тем, чем мы были 10 лет назад, мы выглядим просто дряхлыми развалинами. Некоторые погрязли в семейных делах детей и внуков и полностью зависят от них не только материально. Другие не вынесли одиночества. Наследники выросли и оставили их наедине со старостью, болезнями, проблемами.

з) Моя старость, я поняла, - это просто новое для меня время, новый этап в жизни. В нем есть свои трудности, конечно. И Господь распорядился так, что обычно этих трудностей гораздо больше, чем в других возрастах. Они тяжелее переносятся. Но как раз теперь очень важно понять и определить для себя смысл дальнейшей жизни. Благодаря воле Божьей у меня получается не заблудиться в потемках». Ж., 68 лет.

и) «Я стала старая. Нет интереса к жизни, нет желания разговаривать с кем-либо. А вообще все время думаю. Что осталась одна, не с кем поговорить. Плакать все время хочется. Не знаю почему, но хочется». Ж., 73 года.

к) «Я думаю, что будет лучше, если я скорее умру. Вы у меня уже все забрали. А тебе еще комната моя нужна? Ты меня со свету сжить хочешь. Вы все хотите от меня избавиться. Хорошо. Я все сделаю, как вы хотите!» Ж., 76 лет.

л) «Трудности моего возраста? А их вроде бы и нет. Пенсию недавно прибавили. Дети помогают. А вообще семья очень дружная. Все друг друга уважают и любят. Мы все выходные вместе проводим, на дачу ездим. Дети меня очень любят и уважают, поэтому трудностей и не возникает. Представляете, я даже по дому почти ничего не делаю. Только готовлю и с внучкой сижу. Единственная трудность — здоровье. Ну ничего, и хуже бывает. А молодость у меня была очень трудная. Жила в деревне очень бедно, денег не хватало. На дворе держали и коров, и кур, и поросят. А заколоть не могли — все отдавали в колхоз. Я сама то рожь молотила, то дрова колола. А в войну мне было 25 лет — траншеи копала. Когда появились дети, самая главная проблема была их накормить. Но, несмотря ни на что, я считаю, что жизнь удалась. У меня золотые дети и любящие внуки. Муж был очень хорошим. Очень меня любил. Вообще я считаю себя очень счастливой и мне в жизни очень повезло». Ж., 74 года.

м) «Да. Я счастливый человек. Я много видел в жизни, я испытал много счастливых моментов. Я счастлив, что встретил твою бабушку. У нас была счастливая жизнь. Мы родили двух прекрасных дочерей. Я люблю свою работу. И я честно, не кривя душой и с гордостью могу сказать: в своей области я много сделал. Твой дед, между прочим, плотину построил...» М., 62 года.

н) «Совсем не нужна я стала. У них своих забот много, зачем им про бабушку думать. Всю свою жизнь дочери отдала. А она что? Они все только и ждут, пока я помру. На похороны мои-то от радости точно приедут». Ж., 67 лет.

о) «Ты понимаешь, как меня недавно обидели. Гуляю я в скверике со своей черепахой. Немножко задремал. Вдруг слышу: "Эй, старикашка, не спи, проспишь свою черепаху". Я огляделся по сторонам, где же старикашка. Никого нет. Значит, это мне кричали. Но какой же я старикашка? Мы сейчас получаем Государственную премию в группе из трех человек. Старшему — 96, среднему — 92, я — самый молодой. Они меня мальчишкой считают». М., 72 года.

п) «Нужно сохранять молодость души. Нельзя ныть, постоянно находиться в плохом настроении. Нельзя говорить постоянно о болезнях. Нужно откидывать все это. Думать о хорошем. Читать книги и смотреть фильмы, которые отвечают интересам молодых. Тогда душа как-то не стареет». Ж., 64 года.

**Практическое задание 10.**

Люди всех возрастов, как правило, связывают с пожилыми людьми больше отрицательных стереотипов, а с молодыми - положительных. Запишите положительные и отрицательные стереотипы восприятия пожилых людей. Ответьте на вопрос: Какие пагубные последствия могут привнести в жизнь людей старшего возраста отрицательные и положительные стереотипы?

**Практическое задание 11.**

Соотнесите описания особенностей структуры самосознания с соответствующими им возрастными периодами: старости и молодости.

а) В этом возрасте может происходить нарушение идентификации человека со своим именем из-за частичной замены. За счет этого происходит частичное стирание индивидуальности человека, его личностного начала. Кроме того, поскольку имя становится еще в зрелости носителем статуса и социальной роли. Можно сказать, что, с одной стороны, это означает снижение статуса, с другой — является своеобразным маркером возраста.

б) По сравнению с предыдущим возрастом в юности меньшее значение придается внешним параметрам: одежде, обуви, фигуре. Уязвимым и важным становятся притязание на профессиональный успех, собственная способность к созданию чего-то значимого. Поэтому для многих людей этого возраста особый характер могут приобрести успеваемость или же участие в профессиональных конкурсах или конференциях, где есть возможность профессионального само предъявления.

в) В этом возрасте всякие разговоры на сексуальную тему резко, иногда агрессивно отвергаются

г) В отличие от предыдущего возраста и его устремленности в будущее особую значимость в этом возрасте приобретает настоящее. Однако сохраняется потребность обращаться к будущему, которая становится особой формой жизни в настоящем. Размышления о будущем во многом определяют основные формы активности людей этого возраста, направленные на обеспечение будущего жизненного успеха

д) В это время уменьшается число источников внешнего получения признания. изменяются внешний вид и сексуальная привлекательность. Сужается социальная группа, в которой может реализоваться притязание на признание.

е) В этом возрасте закрепляется неотделимость имени от человека, полное отождествление с ним. Но наиболее сильно меняется отношение к своей фамилии — общесемейному имени. Она становится знаком принадлежности к роду, связующим звеном с живущими или уже ушедшими из жизни родственниками

ж) В этот период закрепляются преобразования физиологического плана. А сексологическое созревание только начинается, частично оно продолжается всю жизнь по мере накопления опыта меж половых отношений

з) Часто делается невозможным получение профессионального успех.

и) В этом возрасте люди получают столько прав, сколько не всегда могут использовать. Некоторым начинает казаться, что обязанности вообще перестали существовать, хотя на самом деле просто снижается количество обязанностей, выполнение которых строго контролируется авторитетными людьми. Отсюда выраженное переживание чувства свободы и стремление различным образом экспериментировать со своими правами.

й) Они перестают следить не только за модой, но и за привлекательностью своей одежды, продолжают одеваться в соответствии с модой давно ушедших лет

к) Основная задача и трудность этого периода — научиться действовать в соответствии с интериоризованными обязанностями. Это выглядит как возможность выполнять необходимое с опорой на внутренний, а не на внешний контроль. Такая возможность появляется на основе понимания приоритета обязанностей человека перед его правами.

л) В качестве защиты от стойкой депривации притязания на признание может появиться его ретроспективный характер. Иногда это проявляется в так называемой идентификации со своим поколением, т.е. приписывании ему преувеличенно высоких характеристик.

м) Иногда становятся болезненными ситуации смены фамилии, связанные с браком, поскольку последняя может символически восприниматься как смена семейного рода. Вызывают интерес однофамильцы.

н)Человек сталкивается с необходимостью адаптации к объективным физиологическим изменениям, реконструкции собственного образа тела и принятия его таким, каким оно стало. Поэтому очень важно, чтобы притязание на телесное признание сохранялось хотя бы в другой, своеобразной форме.

о) Притязание на признание внешнего вида сохраняется. Только теперь стремление людей к использованию модной одежды в основном направлено на подчеркивание своей индивидуальности, создание нового образа себя.

п) Отношение к прошлому и будущему во многом зависит от отношения к настоящему.

р)Упоминавшийся нами многократно общественный стереотип старения предполагает наделение людей преимущественно правами и снятие с них большинства обязанностей. Получается следующая картина. Динамике предыдущего жизненного пути было присуще постоянное расширение круга обязанностей человека перед обществом. Теперь же общество ставится в позицию должного человеку. Возникает опасность переложить на общество ответственность за свою жизнь и принять жизненную позицию «мне все должны», которая мешает мобилизации внутренних ресурсов для успешного приспособления к старости. На самом деле общество может освободить человека от социальных обязанностей, но не может освободить его от обязанностей по отношению к самому себе.

с) Для людей этого возраста остается важным признание в сфере межличностных отношений, в особенности признание другими своей индивидуальности.

Поскольку, как уже говорилось, в этот период активно идет процесс формирования новой идентичности, необходимым становится ее признание другими людьми, особенно значимыми. Большая часть конфликтов с ними как раз и происходит в случае депривации ими притязания на признание новой идентичности.

т) Присутствие только ретроспективного притязания на признание свидетельствует о непринятии человеком своего настоящего, при этом, как мы уже говорили, оно выполняет некоторые защитные функции.

у) Таким образом, через колебания от направленности на будущее, к настоящему, опять только на будущее и снова на настоящее люди этого возраста ищут и находят гармонию между «завтра» и «здесь и сейчас». Важной особенностью помимо изменения отношения к настоящему и будущему является реальное осознание конечности бытия. Ощущение реальности ограниченности жизни, т.е. возможности собственной смерти, появляется именно в этом возрасте.

ф) Если актуальная жизненная ситуация воспринимается позитивно, то будет позитивной и оценка прожитой жизни. Соответственно и будущее видится ярким и радостным только у тех, которые испытывают удовлетворение от настоящей жизни. От чего же зависит удовлетворенность настоящим? В любом возрасте, не только в старости, удовлетворенность настоящим присутствует при достаточно хорошей адаптированности человека к внешнему миру

х) Важным является также осознание и принятие обязанностей перед самим собой, т.е. принятие ответственности за собственную жизнь. Сегодня много говорится о необходимости этого, однако само понятие ответственности при этом не раскрывается. Мы вслед за В. Шутсом полагаем, что ответственность — это осознание собственных выборов как предпосылок тех или иных жизненных событий. Ответственность предполагает понимание того, что события происходят потому, что «я выбрал, чтобы они произошли»

ч) Портрет» успешно адаптированного человека будет таким:1. Врожденный высокий интеллект, хорошая память 2. Любовь к окружающим и стремление помогать, заботиться, приносить пользу. 3. Любовь к жизни во всех ее проявлениях. Умение видеть красоту и чувствовать радость от жизни.4. Оптимизм и хорошее чувство юмора.5. Продолжающаяся способность творить.6. Способность вносить новое в свое окружение.7. Свобода от тревоги, озабоченности.

ш)Важная характеристика, способствующая проявлению активного приспособления - это активная жизненная позиция. Эмпирические исследования показали, что приспособление и соответственно удовлетворение от настоящего значительно более присущи людям, которые тем или иным способом проявляют свою активность.

щ) Потребность в само признании приобретает особое значение. И это явно позитивный аспект, поскольку служит стимулом к развитию. Имеется в виду, что внешняя оценка может становиться менее значимой, чем собственная оценка себя. В этом случае прекращается борьба за общественное признание, что нередко дает возможность значительного творческого роста. В связи с этим в творчестве появляются новые стили, они позволяют себе отойти от традиционных форм, ибо меньше зависят от вкусов потребителей. Можно сказать, что именно этот возраст дает возможность наиболее полного самовыражения.

ь) Подводя итоги обсуждению специфики осознания прошлого, настоящего, будущего, можно заключить, что -это период, когда человеку нужно научиться думать о времени, осмыслять его течение. Однако необходимо иметь в виду, что одного осознания течения времени недостаточно. В этом возрасте берет начало индивидуальный способ организации времени жизни — способ практического волевого воздействия на объективные условия и обстоятельства собственной жизни и деятельности. Эти жизненные условия и обстоятельства иногда безразличны, а иногда противостоят устремлениям и идеалам личности, поэтому их освоение является не приспособлением, а скорее преодолением и борьбой. Поэтому стремление к регуляции жизненного времени может потребовать большого напряжения всех душевных, физических сил человека.

ъ) Сохранение у человека качеств «внутреннего ребенка»: спонтанности, стремления к приключениям и умения играть.

ы) Появление ответственности за свою жизнь - необходимая предпосылка и одновременно возможность принятия ответственности за другого человека. Это очень важная характеристика, поскольку, как отмечал Э. Фромм, умение принять ответственность за другого - необходимая составляющая любви, к которой активно стремятся все люди. По его мнению, любящий всегда чувствует себя ответственным. Быть ответственным - это добровольная потребность отвечать и заботиться о другом на основе достижения собственной независимости и возможности «стоять на ногах» без посторонней помощи. При принятии ответственности за другого может появиться искушение переделать, переучить другого в соответствии с собственными желаниями и требованиями

э) Если говорить о будущем, то люди, довольные своим настоящим, при мысли о своем, иногда довольно кратковременном будущем редко испытывают тревоги, строят планы, ожидают радостных событий. В отношении восприятия будущего может также наблюдаться следующее явление. Кроме того, неумение жить «здесь и сейчас», чувствовать радость от настоящего момента еще больше подчеркивает ограниченность будущей жизни. У многих встает острейшая проблема структурирования времени, т. е. заполнения его чем-либо. Общеизвестно, что сегодня нередко используют для этого телевизионные сериалы. Обсудив отношение людей к прошлому, настоящему, будущему, можно заключить, что люди находятся в особо остром взаимодействии с категорией времени. И для многих восприятие течения времени является депривирующим фактором.

ю) Объединив все явления, к которым необходимо адаптироваться человеку, их можно назвать одним словом утрата.У женщин она начинается с климактерических переживаний как некой потери сексуальной идентичности. За этим следует потеря сексуальной привлекательности. У мужчин особо острые переживания проявляются в связи с потерей работы. Наряду с этим наступают и другие потери: умирают близкие люди и родители, супруг или супруга. Бывает, что родителям приходится терять своих детей. Получается, что сущность адаптации должна заключаться в принятии потерь, в согласии на потери, если их невозможно избежать. И здесь нужно отметить, что обыденная философия ценности приобретения - мужа, ребенка, машины, дачи и др. - вступает в противоречие с объективными требованиями. «нужна огромная сила воли, необходимо длительное, даже мучительное самовоспитание, чтобы достигнуть стоического бесстрастия и безмятежности».Осознание того, что все происходящее имеет какой-либо смысл, помогает выдержать испытания, более того, не рассматривать утраты только лишь как потери, а замечать духовные приобретения.

я) пренебрежение модой и одеждой может свидетельствовать о снижении ценности Ядля самих себя. подчеркивание через одежду, которая уже вышла («ушла») из моды, принадлежности к «ушедшему» поколению, находящемуся на периферии настоящего. Таким образом, не современность одежды как бы говорит вовне о не современности самого человека, непринятии им настоящего и устремленности в прошлое.

**Практическое задание 12.**

Ролевая игра: учитывая возрастные особенности лиц пожилого возраста придумайте и проиграйте ситуацию общения с бабушкой или дедушкой

**Практическое задание 13.**

Ролевая игра: учитывая особенности инвалидов придумайте и проиграйте ситуацию общения с инвалидом

**Практическое задание14.**

Соотнесите описания особенностей общения с соответствующими им возрастными периодами: старости и молодости.

а)Общение в этом возрасте обладает особой значимостью по сравнению с другими возрастными периодами. Потому что многие исследователи считают, что наличие у человека выраженного социального интереса и включенность его в широкие социальные связи коррелируют с замедленными темпами старения и с физическим здоровьем.

б) Это последний возраст расширения круга общения. На этот возраст приходится так называемый пик межличностного общения. На активность общения в этом возрасте влияет также общественный стереотип восприятия. Это «беззаботный, веселый человек, плохо материально обеспеченный, имеет много друзей, успевает и учиться, и общаться». Важную роль в общении начинает играть обмен информацией.

в) Существует точка зрения, что к этому возрасту человек частично теряет способность к глубоким контактам и круг его общения обязательно сужается. Однако это далеко не всегда так. Общение людей этого возраста, с одной стороны, является продолжением основных тенденций общения предыдущих возрастов, с другой - определяется успешностью адаптации к своему возрасту, т. е. удовлетворенностью настоящим.

г) По-видимому, именно в это время люди подходят к кризису интимности, т.е. развитию истинной открытости, близости в межличностных контактах (Э. Эриксон). Нужно отметить, что неуверенность в своей идентичности, т.е. неполное разрешение кризиса встречи со взрослостью может привести к формированию изолированности, невозможности установления устойчивых близких контактов с другими людьми, необходимых для ощущения жизненного счастья. необходимым условием разрешения кризиса интимности является само принятие, положительное само отношение, положительная Я-концепция, любовь к себе и т.д. Он приводит описание этого феномена, данное Р. Фексом, по мнению которого так называемая любовь к себе- это «чувство собственного достоинства, собственной ценности», осознание собственной уникальности и вера в свои возможности .

Подытоживая сказанное, можно сделать вывод, что успешному разрешению кризиса интимности, т.е. развитию истинной открытости, близости в межличностных контактах, должна в случае необходимости предшествовать серьезная внутренняя работа по принятию самого себя.

д) Если в течение жизни человек выработал зрелые контакты с окружающими, то и в этом возрасте он будет сохранять возможность удовлетворения потребности в эмоциональных контактах. Те же, кто не умел достигать близости в общении в предыдущие возраста или входил с окружающими в частые конфликты, вероятнее всего, будут страдать от недостатка общения в своем возрасте.

е) Это период завершения процесса отделения человека от семьи. Теперь происходит не только эмоциональное, но и реальное отделение, которое необходимо для осуществления своей индивидуальной взрослой жизни. В отличие от предыдущего негативизма, критики, оппозиции для этого возраста характерны процесс обособления и даже временное отстранение от семьи, после которого эмоциональный контакт восстанавливается на более высоком уровне. А отношения становятся партнерскими, в которых помогают друг другу в процессе собственного развития.

ж) Обратимся к анализу явления одиночества. Прежде всего необходимо отделить одиночество от изоляции. Изоляция — это объективное отсутствие социальных контактов. Одиночество является субъективным психическим состоянием и слабо зависит от наличия или отсутствия контактов. Более того, человек может быть реально изолированным, но не ощущать одиночества. Оно может проистекать из неумения человека структурировать свое время, а может выполнять функцию контроля за окружением. Есть мнение, что частые посещения поликлиники и даже стоянье в очередях — это некоторые способы людей разрядить свое одиночество.

з) Таким образом, можно предположить, что социальный интерес, проявляющийся в настроенности на людей, стремлении к бескорыстной помощи, является одним из важнейших условий здорового и счастливого переживания этого возраста. Здесь появляется необходимость смены инфантильной позиции «дайте мне, я хочу» на «я могу, я отдаю».

и) Ухудшение здоровья и зависимость от других людей, могут «загнать в угол» человека этого возраста. Он может начать чувствовать себя лишним, обузой. Ваша задача, общаясь с таким человеком спокойно и уверенно, попытаться повысить его самооценку, не допускать ситуаций, приближающих его к стрессу. Похвалите его за то, что у него получается: хорошо выглядеть, улыбаться («Как Вы хорошо держитесь!»), выращивать цветы, поддерживать порядок в квартире, быть опрятным, приветливым, ходить на прогулки («Как здорово, что ты заботишься о своем здоровье!»)

Можно поддерживать связь, придав ей характер ритуала: например, ежевечерние звонки по телефону, еженедельный визит в заранее обозначенное время.

й) Распространенными становятся конфликты между поколениями. В тех семьях, в которых родители всегда были только в родительской позиции, не позволяли никогда выйти из нее, может произойти смена ролей: дети займут родительскую опекающе- запретительную роль.

к) У людей этого возраста может наблюдаться характерное явление- это желание общаться с, молодежью, причем именно общаться, а не поучать. Возможно, за этим стоит всеобщая необходимость взаимосвязи поколений.

л) в этот период происходит осознание старения родителей, которое является прообразом собственного старения. И это может вызвать довольно сильные эмоциональные реакции. Кроме того, только теперь приходит понимание сути жизни родителей, их ошибок и достижений. Иногда появляется желание применить к ним свои знания, проиграть дома роль терапевта. Нередко к этому склоняют сами родители.

м) Человеку необходимы социальные контакты, даже, если он не работает; лучше не поддаваться апатии, бездеятельности; не настраивать себя на ожидание несчастья. Личностно- бытовой уход за собой, за близкими людьми вызывает сознание определенной полезности и важности для человека этого возраста.

н) Как правило, жизнь человека этого возраста не богата разнообразными событиями. Однако они заполняют собой все его индивидуальное пространство и время. В итоге незначительный эпизод становится делом целого дня. Например, разговор по телефону, встреча с другими людьми, соседями, приход родственника.

Именно поэтому лучше заранее договориться о встрече: о дне и времени вашего прихода. Это даст им возможность настроиться на встречу. Помните о том, что Ваш внезапный визит может стать для человека этого возраста источником стресса. Договариваясь о встрече, важно считаться с его планами и распорядком дня, поскольку для человека этого возраста следование ритуалам позволяет сохранять душевное спокойствие и ощущение контроля над собственной жизнью.

о) У людей этого возраста может наблюдаться характерное явление - появление особой близости даже к незнакомым людям, глубинного понимания ценности человеческих взаимоотношений.

п) В том возрасте снижается значение моды как средства межличностной коммуникации, что было характерно для предыдущего возрастного периода. Для слияния с группой не требуется соответствовать определенному стилю одежды или использовать какие-либо внешние аксессуары.

р) Люди этого возраста склонны к рассказам о своей прошлой жизни. В это время человек снова чувствует себя молодым, красивым, сильным. Он снова переживает свои успехи, мысленно встречается со старыми друзьями. При этом кое-что приписывается, приукрашивается, но при повторном воспроизведении уже самому рассказчику представляется реальностью. Ученые убеждены, что воспоминания создают эмоциональный и интеллектуальный комфорт для человека этого возраста, являются своеобразным видом творчества, они изгоняют апатию, вселяют бодрость. Поэтому не следует их лишать их любимого занятия - предаваться воспоминаниям, а напротив, поощрять его. Просто надо заранее запланировать для такого разговора некоторое время.

с)При неуспешном приспособлении, восприятии ее с отчаянием, страхом перед будущим типичным является развитие враждебных отношений к окружающим.

т) В силу объективных факторов значимость внутрисемейных контактов сильно увеличивается. Происходят разрыхление связи между человеком и обществом через прекращение работы, уход из жизни друзей и близких, ограничение физической активности. И если предыдущим жизненным рубежам соответствовало постепенное расширение крута общения (детский сад, школа, вуз, работа), то, в этом возрасте, наоборот, наблюдается его сужение.

у) Исследования показали, что ежедневные беседы с родственниками и ближайшими соседями, возможность дать совет, существенно влияют на общий тонус и продолжительность жизни людей этого возраста.

ф) Именно внутрисемейное общение теперь становится важным источником удовлетворения потребностей в безопасности, в любви и принятии. Через семью многие удовлетворяют притязание на признание. Она предоставляет человеку возможность проявления разнообразных чувств, помогает избежать эмоциональной монотонности, т. е. ситуации сенсорной депривации.

ц) Однако в семье могут встать новые проблемы. Среди супругов этого возраста нередко возрастает конфликтность общения вследствие заострения их собственных личностных черт. Некоторые супруги только лишь в этом возрасте встречаются друг с другом «лицом к лицу», когда появляется много свободного времени и сняты социальные роли. Но в то же время во многих семьях возрастает привязанность супругов друг к другу по двум основным причинам. Первая- страх будущего одиночества. Вторая -появление еще большей глубины и теплоты, нежности в контактах, некоторая переоценка супруга перед лицом довольно близкого расставания.

ч) Человеку этого возраста трудно переключиться на новую тему в разговоре, пока он не выскажет все о наболевшем.

ш) Могут активно проявляться конфликты между бабушками, дедушками и их внуками. Особенно это характерно для тех, которые не реализовали по тем или иным причинам себя в родительстве, не сумели уделить своим детям достаточно любви и внимания. Теперь они проецируют отношения с детьми на внуков, окружают их такой любовью, которая скорее носит характер гиперопеки. Иногда наблюдается тенденция отрицания взросления внуков, стремление видеть в них детские черты, преувеличивать их слабость и беззащитность. Понятно, что такая ситуация вызывает у внуков реакции протеста, что и служит началом конфликта.

**Практическое задание 15.**

Проведите опрос пожилого человека по методике «Готовность к возрастным изменениям и сделайте анализ полученных результатов.

Инструкция: Перед Вами перечень изменений в жизни человека, сопровождающих процесс старения. По каждому из них необходимо ответить на три вопроса (А, Б, В). Для этого обведите соответствующий балл в подготовленном для Вас бланке ответов.

A. Осознаете ли Вы происходящие с Вами изменения (или их появление в будущем)?

Осознаю очень четко. 2 балла

Представляю, хотя и несколько смутно. 1 балл

Не задумываюсь об этом. О баллов

Б. Каково Ваше отношение к представленному в вопросе изменению?

Отношусь спокойно как к нормальному неизбежному явлению. 2 балла

Занимаю среднюю позицию. 1 балл

Отношусь очень болезненно, переживаю. О баллов

B. Как Вы приспосабливаетесь к описанному факту (или будете приспосабливаться в будущем)?

Активно ищу способы адаптации к происходящим изменениям. 2 балла

По возможности стараюсь приспособиться, но особых усилий не прилагаю. 1 балл

Пассивно принимаю происходящее, не пытаюсь ничего менять. 0 баллов

Текст опросника

1. Появление внешних признаков старения (морщины, седина и т. п.).

2. Отношение окружающих как к пожилому, старому человеку.

3. Ухудшение памяти.

4. Завершение или сокращение по времени профессиональной деятельности.

5. Понижение остроты зрения, слуха.

6. Новый статус в семье (дед, бабушка).

7. Замедление процесса мышления.

8. Обретение роли наставника в профессиональной деятельности.

9. Повышенная утомляемость.

10. Приобретение статуса «иждивенца».

11. Появление склонности передавать опыт, поучать, давать советы.

12. Высвобождение времени после выхода на пенсию.

13. Снижение половой активности.

14. Изменение круга общения.

15. Обостренная эмоциональная реакция на отношение окружающих.

16. Обретение статуса «бывшего профессионала».

17. Потеря внешней привлекательности.

18. Налаживание отношений с социальными службами.

19. «Застревание» на определенных мыслях, делах, переживаниях.

20. Конкуренция со стороны более молодых коллег.

21. Нарушение функций сердечно- сосудистой системы.

22. Изменение характера общения с окружающими.

23. Осознание факта собственного старения.

24. Сложности в освоении новых методов работы, новой техники и т. п.

25. Нарушение функций опорно-двигательного аппарата.

26. Ухудшение материального положения.

27. Появление чувства «ненужности», «бесполезности».

28. Выход на пенсию, утрата профессиональной деятельности

Ключ к опроснику

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И.О. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Возраст | | | | | | | | | | | | Пол | | | | |
| 1 | 0 | 1 | 2 | 2 | 0 | 1 | 2 | 3 | 0 | 1 | 2 | | 4 | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 5 | 0 | 1 | 2 | 6 | 0 | 1 | 2 | 7 | 0 | 1 | 2 | | 8 | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 9 | 0 | 1 | 2 | 10 | 0 | 1 | 2 | 11 | 0 | 1 | 2 | | 12 | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 13 | 0 | 1 | 2 | 14 | 0 | 1 | 2 | 15 | 0 | 1 | 2 | | 16 | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 17 | 0 | 1 | 2 | 18 | 0 | 1 | 2 | 19 | 0 | 1 | 2 | | 20 | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 21 | 0 | 1 | 2 | 22 | 0 | 1 | 2 | 23 | 0 | 1 | 2 | | 24 | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 25 | 0 | 1 | 2 | 26 | 0 | 1 | 2 | 27 | 0 | 1 | 2 | | 27 | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |
| 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | | 0 | 1 | 2 |

Показатели готовности к освоению возрастно-временных изменений

*Структурные элементы готовности*

1) ΣА первого столбца - когнитивный уровень физиологического компонента (КФэ).

2) ΣБ первого столбца - аффективный уровень физиологического компонента (АФэ).

3) ΣВ первого столбца - мотивационный уровень физиологического компонента (МФэ).

4) Σа второго столбца - когнитивный уровень социального компонента (КСэ).

5) ΣBвторого столбца - аффективный уровень социального компонента (АСэ).

6) Σ*B* второго столбца - мотивационный уровень социального компонента (МСэ)

7) ΣА третьего столбца - когнитивный уровень личностно-психологического компонента (КЛэ).

8) ΣБ третьего столбца - аффективный уровень личностно-психологического компонента (АЛэ).

9) Σ*B* третьего столбца - мотивационный уровень личностно-психологического компонента (МЛэ).

10) ΣА четвертого столбца - когнитивный уровень профессионального компонента (КПэ).

11) ΣБ четвертого столбца - аффективный уровень профессионального компонента (АПэ).

12) ΣВ четвертого столбца - мотивационный уровень профессионального компонента (МПэ).

Компоненты готовности:

1) КФэ + АФэ + МФэ = Фк - физиологический компонент.

2) КСэ + АСэ + МСэ = Ск - социальный компонент.

3) КЛэ + АЛэ + МЛэ = Лк - личностно-психологический компонент.

4) КПэ + АПэ + МПэ = Пк - профессиональный компонент.

Уровни готовности:

1) КФэ + КСэ + КЛэ + КПэ = Ку - когнитивный уровень.

2) АФэ + АСэ + АЛэ + АПэ = Ау - аффективный уровень.

3) МФэ + МСэ + МЛэ + МПэ = My - мотивационный уровень.

Общая готовность:

Ку + Ay + My = Го - общий показатель готовности.

Интерпретация полученных результатов

Общий показатель готовности к освоению возрастно-временных изменений является интегративной характеристикой отношения человека к происходящим с ним возрастным изменениям или изменениям, ожидающим его в будущем. Высокий уровень общей готовности проявляется в четком осознании и понимании естественности, а где-то и неизбежности физических проявлений старения (изменения внешности, снижение остроты зрения, слуха, обострение различных заболеваний), изменения социального статуса и отношения со стороны окружающих, заострения отдельных личностных черт, качественных преобразований в познавательной сфере, ухода от профессиональной деятельности. Готовность характеризуется спокойным, толерантным отношением к происходящим или будущим возрастным изменениям - без острых переживаний и негативных эмоциональных реакций. Деятельностное проявление готовности - это активный поиск стратегий адаптации к разнообразным возрастным изменениям настоящего, планирование своей жизни в условиях будущих трансформаций.

Оценка степени сформированности готовности к освоению возрастно-временных изменений:

0-56 баллов - низкая;

57-112 баллов - средняя;

113-168 баллов - высокая.

Компоненты готовности - показатели, конкретизирующие особенности проявления готовности к освоению возрастно-временных изменений относительно различных сфер проявления возраста.

Физиологический компонент готовности включает в себя понимание, толерантное отношение и способность искать продуктивные пути приспособления к таким проявлениям старения, как потеря внешней привлекательности и появление внешних признаков возраста (морщины, седина и т. п.); понижение остроты зрения и слуха; повышенная утомляемость; снижение половой активности; нарушение функций сердечно -сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата.

Сформированность социального компонента готовности позволяет человеку осознать, принять и найти способы адаптироваться к проявлениям старения в социальной сфере: это отношение окружающих как к пожилому, старому человеку и изменение характера общения с ними; ухудшение материального положения и приобретение статуса «иждивенца»; новые роли в семье - дед, бабушка; необходимость налаживать отношения с социальными службами.

Личностно-психологический компонент готовности проявляется в способности человека понять механизмы происходящих с ним в настоящем психологических изменений или прогнозировать их появление в будущем, относиться к ним спокойно как к нормальным явлениям и активно искать пути компенсации и саморегуляции. Этот компонент включает такие изменения, как ухудшение памяти и замедление процесса мышления; появление склонности передавать опыт, поучать, давать советы; обостренная эмоциональная реакция на отношение окружающих, появление чувства «ненужности», «бесполезности»; «застревание» на определенных мыслях, делах, переживаниях.

Профессиональный компонент проявляется в готовности толерантно относиться к предстоящему или уже имеющему место снижению роли профессиональной деятельности в жизни, и более того -к ее утрате. Также в него включается поиск и реализация способов самовыражения во в непрофессиональной сфере. Данный компонент готовности обеспечивает адаптацию к таким факторам, как конкуренция со стороны более молодых коллег и сложности в освоении новых методов работы, новой техники; обретение роли наставника в профессиональной деятельности и (или) статуса «бывшего профессионала»; выход на пенсию, уход от профессиональной деятельности, высвобождение времени после выхода на пенсию.

Оценка степени сформированности компонентов готовности к освоению возрастно-временных изменений:

0-14 баллов - низкая;

15-28 баллов - средняя;

29-42 баллов - высокая.

Уровни готовности - показатели, иллюстрирующие психологические особенности реализации готовности в плане: осознания происходящих с человеком в настоящем или ожидаемых в будущем возрастных изменений (когнитивный уровень), толерантного отношения к ним как к нормальному, неизбежному явлению (аффективный уровень), активного поиска продуктивных стратегий адаптации к этим изменениям (мотивационный уровень).

Оценка степени сформированности уровней готовности к освоению возрастно-временных изменений:

0-18 баллов - низкая;

19-37 баллов - средняя;

38-56 баллов - высокая.

Структурные элементы готовности - дополнительные показатели, позволяющие конкретизировать и сопоставлять особенности проявления компонентов готовности (физиологический, социальный, личностно-психологический, профессиональный) на различных уровнях - когнитивном, аффективном, мотивационном.

Оценка степени сформированности структурных элементов готовности к освоению возрастно-временных изменений:

0-4 баллов - низкая;

5-9 баллов - средняя;

10-14 баллов - высокая.

**Практическое задание 16.**

Проведите методику и дайте анализ организации психологического контакта с клиентами (потребителями услуг) в конфликтных ситуациях

Опросник Томаса включает 30 вопросов, которые позволяют выявить типичные способы реагирования сотрудников на конфликтные ситуации (сотрудничество, компромисс, уступчивость, избегание, доминирование). Может применяться и при исследовании возможного стиля ведения переговоров и аспектов взаимодействия с клиентами. В основании типологии конфликтного поведения К. Томаса лежат два стиля поведения - это кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов.

Соответственно этим двум основным измерениям К. Tомас выделяет следующие способы регулирования конфликтов:

* Соперничество: наименее эффективный, но наиболее часто используемый способ поведения в конфликтах, выражается в стремлении добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому.
* Приспособление: означает, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого.
* Компромисс: компромисс как соглашение между участниками конфликта, достигнутое путем взаимных уступок.
* Уклонение (избегание): для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тeнденции к достижению собственных целей
* Сотрудничество: когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

В опроснике описывается каждый из пяти перечисленных вариантов двенадцатью суждениями о поведении человека в конфликтной ситуации. В различных ситуациях они сгруппированы в 30 пар, в каждой из которых испытуемому предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения.

Инструкция: Предлагаемый тест имеет целью определить характерную для вас тактику поведения в конфликтных ситуациях. Он состоит из 30 пунктов, в каждом из которых имеется два суждения, обозначенные буквами А и Б (они иногда повторяются в разных пунктах). Сравнивая указанные в пункте два суждения, каждый раз выбирайте из них то, которое является более типичным для вашего поведения.

1

А/ Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

Б/ Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, в чем согласны мы оба.

2

А/ Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б/ Я пытаюсь уладить дело с учетом всех интересов другого и моих собственных.

3

А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б/ Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.

4

А/ Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б/ Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

5

А/ Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

Б/ Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

6

А/ Я стараюсь избежать возникновения неприятностей для себя.

Б/ Я стараюсь добиться своего.

7

А/ Я стараюсь отложить решение сложного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

Б/ Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться чего-то другого.

8

А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б/ Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

9

А/ Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

Б/ Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

10

А/ Я твердо стремлюсь достичь своего.

Б/ Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11

А/ Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

Б/ Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.

12

А/ Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

Б/ Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу мне.

13

А/ Я предлагаю среднюю позицию.

Б/ Я пытаюсь убедить другого в преимуществах своей позиции.

14

А/ Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

Б/ Я пытаюсь показать другому логику и преимущество своих взглядов.

15

А/ Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.

Б/ Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.

16

А/ Я стараюсь не задеть чувства другого.

Б/ Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

17

А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б/ Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

18

А/ Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

Б/ Я дам возможность другому в чем-то оставаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

19

А/ Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

Б/ Я стараюсь отложить решение сложного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

20

А/ Я пытаюсь немедленно разрешить наши разногласия.

Б/ Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.

21

А/ Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

Б/ Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.

22

А/ Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей и той, которая отстаивается другим.

Б/ Я отстаиваю свои желания.

23

А/ Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

Б/ Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя

ответственность за решение спорного вопроса.

24

А/ Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.

Б/ Я стараюсь убедить другого в необходимости прийти к компромиссу.

25

А/ Я пытаюсь показать другому логику и преимущество своих взглядов.

Б/ Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

26

А/ Я предлагаю среднюю позицию.

Б/ Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого.

27

А/ Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

Б/ Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28

А/ Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б/ Улаживая спорную ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.

29

А/ Я предлагаю среднюю позицию.

Б/ Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

30

А/ Я стараюсь не задеть чувств другого.

Б/ Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы могли совместно с другим заинтересованным человеком добиться успеха.

### Ключ

| N пп | Соперничество | Сотрудничество | Компромисс | Избегание | Приспособление |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 |  |  |  | А | Б |
| 2 |  | Б | А |  |  |
| 3 | А |  |  |  | Б |
| 4 |  |  | А |  | Б |
| 5 |  | А |  | Б |  |
| 6 | Б |  |  | А |  |
| 7 |  |  | Б | А |  |
| 8 | А | Б |  |  |  |
| 9 | Б |  |  | А |  |
| 10 | А |  | Б |  |  |
| 11 |  | А |  |  | Б |
| 12 |  |  | Б | А |  |
| 13 | Б |  | А |  |  |
| 14 | Б | А |  |  |  |
| 15 |  |  |  | Б | А |
| 16 | Б |  |  |  | А |
| 17 | А |  |  | Б |  |
| 18 |  |  | Б |  | А |
| 19 |  | А |  | Б |  |
| 20 |  | А | Б |  |  |
| 21 |  | Б |  |  | А |
| 22 | Б |  | А |  |  |
| 23 |  | А |  | Б |  |
| 24 |  |  | Б |  | А |
| 25 | А |  |  |  | Б |
| 26 |  | Б | А |  |  |
| 27 |  |  |  | A | Б |
| 28 | А | Б |  |  |  |
| 29 |  |  | А | Б |  |
| 30 |  | Б |  |  | А |
| СУММА |  |  |  |  |  |

**4. КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**4.1. Общие положения**

Зачет предназначен для контроля и оценки результатов освоения ПМ 01 «Организационное обеспечение прав граждан в сфере пенсионного обеспечения и социальной защиты» МДК 01.02. «Психология социально-правовой деятельности» по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения.

Формой итоговой аттестации по ПМ 01 «Организационное обеспечение прав граждан в сфере пенсионного обеспечения и социальной защиты» МДК 01.02. «Психология социально-правовой деятельности» является зачет. Зачет предназначен для контроля и оценки результатов освоения ПМ 01 «Организационное обеспечение прав граждан в сфере пенсионного обеспечения и социальной защиты» МДК 01.02. «Психология социально-правовой деятельности» по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения. Итогом зачета является однозначное решение: «вид профессиональной деятельности освоен / не освоен».

**4.2. Проверяемые результаты обучения:** [ОК 1](#sub_5001)**,** [3 - 7](#sub_5003)**,** [9](#sub_5009)**,** [11](#sub_5011)**,** [12](#sub_5012); [ПК 1.1 - 1.6](#sub_5111)

|  |  |
| --- | --- |
| Коды проверяемых компетенций | показатели оценки результата |
| Осуществлять прием граждан по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты | -соблюдение психологических закономерностей общения при осуществлении приёма граждан по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты  -правильно организовать психологический контакт с клиентами (потребителями услуг);  -давать психологическую характеристику личности, применять приёмы делового общения и правила культуры поведения |
| Консультировать граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты | Способность аргументировано, логически верно и содержательно ясно строить устную и письменную речь, способность использовать навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики в процессе консультирования граждан и представителей юридических лиц по вопросам пенсионного обеспечения и социальной защиты, используя информационные справочно-правовые системы; понимать сущность психических процессов и их изменений у инвалидов и лиц пожилого возраста; |
| Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес | Демонстрация интереса к будущей профессии через: - повышение показателей обучения по УД; участие в олимпиадах, научных конференциях |
| Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность | Демонстрация способности принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность при применении закона. |
| Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития | Демонстрация способности быстро работать с большим объемом информации, осуществлять поиск и анализ ее, отделяя главную от второстепенной. Организовывать самостоятельную работу при изучении учебной дисциплины; |
| Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности | Демонстрация навыков поиска информации по психологическим проблемам используя интернет. Демонстрация на практике навыков поиска, анализа и оценки информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. |
| Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями | Правильность выбора стратегии поведения при организации работы в команде Ясность и аргументированность изложения собственного мнения. |
| Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий. | Адекватность самоанализа собственной деятельности и деятельности членов команды |
| Соблюдать деловой этикет, культуру и психологические основы общения, нормы и правила поведения | Использование приёмов межличностного общения в процессе обучения. Следовать этическим правилам, нормам и принципам в межличностном общении. |
| Проявлять нетерпимость к коррупционному поведению | Активное участие в мероприятиях антикоррупционной направленности |

В результате изучения профессионального модуля «Организационное обеспечение прав граждан в сфере пенсионного обеспечения и социальной защиты» МДК 01.02. ««Психология социально-правовой деятельности»» студент должен

***иметь практический опыт:***

ПО 1. общения с лицами пожилого возраста и инвалидами;

ПО 2. публичного выступления и речевой аргументации позиции

***уметь:***

У1. оказывать консультационную помощь гражданам по вопросам медико-социальной экспертизы;

У2. объяснять сущность психических процессов и их изменений у инвалидов и лиц пожилого возраста;

У3. правильно организовать психологический контакт с клиентами (потребителями услуг);

У4.давать психологическую характеристику личности, применять приёмы делового общения и правила культуры поведения;

У5.следовать этическим правилам, нормам и принципам в профессиональной деятельности;

***знать:***

З3. основные понятия общей психологии, сущность психических процессов;

З4. основы психологии личности;

З5. современные представления о личности, ее структуре и возрастных изменениях;

З6. особенности психологии инвалидов и лиц пожилого возраста;

З7. основные правила профессиональной этики и приемы делового общения в коллективе.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заместитель директора по УМР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

«\_\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г.

**Вариант №1**

**Задания на 33. основные понятия общей психологии, сущность психических процессов- 20 баллов**

1.Отражение прошлого опыта или запечатление, сохранение и воспроизведение информации, называется: а) внимание; б) внимательность; в) память; г) сосредоточенность-7б.

2.Отражение отдельных свойств предметов, непосредственно воздействующих на органы чувств, называется: а) восприятие; б) ощущения; в) память; г) воображение -6б

3. Выберите правильный ответ. Психика- это: а) высший регулятор поведения; б) отдельная форма психической деятельности; в) свойство живой высокоорганизованной материи, заключающееся в способности своими состояниями отражать окружающий объективный мир в его связях и проявлениях-7б.

**34. основы психологии личности-20 баллов**

1 Соотнесите понятия: 1индивид; 2личность; 3.индивидуальность с определениями: а)человек наделенный специфическими уникальными отличиями; б) устойчивая система социально-значимых черт характеризующих как члена общества; в) отдельно взятый человек рода гомо сапиенс -7б

2. Представителем какой теории личности (психоаналитическая, теория социального научения, гуманистическая) является Зигмунд Фрейд -6б.

3. Подструктура личности индивидуально-типологические особенности проявляется: -7б.

а) в темпераменте, характере, способностях;

б) в процессе жизни и познавательной деятельности.

в) в потребностях, интересах, идеалах, убеждениях, доминирующих мотивах деятельности поведения в мировоззрении.

**35. современные представления о личности, ее структуре и возрастных изменениях- 20 баллов**

1.Жизнерадостность, высокая сопротивляемость трудностям, общительность, выдержанность характерны для: а) холерика; б) сангвиника; в) флегматика; г) меланхолика -7б.

2. Неуравновешенность, необдуманность поступков, быстрая реакция на события, порывистость, несдержанность, конфликтность, свойственны для: А) холерика; Б) флегматика; В) сангвиника; Г) меланхолика. -7б.

3. О характере человека можно судить: а) по почерку; б) по гороскопу; в по привычным и типичным действиям; г) все ответы верны.-6б.

**36. особенности психологии инвалидов и лиц пожилого возраста- 20 баллов**

1Возрастной задачей развития в старости является: Выберите правильный ответ (ответы) из предложенных вариантов -7б.

а)Выполнение тех жизненных «заданий» (семейных или социальных функций), которые не выполнялись или недостаточно хорошо выполнялись в течение предыдущей жизни;

б) принятие  собственной  внешности,   осознание  особенностей своего тела и формирование умений эффективно его использовать (в труде, спорте и т.д.);

в) подготовка к профессиональной карьере, обучение нацелено на получение профессии;

г) подготовка к браку и семейной жизни, приобретение знаний и социальной готовности принять на себя ответственность, связанную с партнерством и семьей;

д)  формирование социально ответственного поведения,  гражданской активности  (в том числе политической,  идеологической, экологической и т.д.);

е)  построение внутренней системы ценностей и этического сознания как руководства для поведения;

ж) осуществление внутренней работы в системе жизнь –смерть;

з) все ответы неверны.

2. Верно ли утверждение, что умственные способности с возрастом подвергаются общему ослаблению: а) да; б) нет; в) дифференцируются в двух направлениях – 6б.

3) Какие из этих слов являются приемлимыми в общении с инвалидами: а)прикован к коляске; б) человек с травмой позвоночника; в)больной; г) паралитик; д)инвалид; е)неполноценный ж)умственно отсталый- 7б.

**37. основные правила профессиональной этики и приемы делового общения в коллективе. 20 баллов**

1.Комплекс норм, установлений и предписаний о долге и профессиональных обязанностях, ответственности перед обществом и государством, перед профессией, коллегами и клиентами называется: а) кодекс; б)деонтология; в)устав. -7б

2. Конфиденциальность в этике социальной работы - это: а) результат творческого подхода к деятельности; б) принцип; в) критерий моральности**. -**6б.  
3. Установите соответствие стратегии к характеристике- 7б.

а) сотрудничество

б) соперничество

в) приспособление

г) компромисс

д) избегание

1. направлено на полное удовлетворение участниками воздействия своих потребностей.
2. представляет собой уход от контакта, потерю собственных целей для исключения выигрыша другого.
3. предполагает жертву собственных целей для достижения целей партнера.
4. предполагает ориентацию на свои цели без учета целей партнера по общению
5. реализация в частном достижении целей партнеров ради условного равенства.

**Вариант №2**

**33. основные понятия общей психологии, сущность психических процессов -20 баллов**

1.Предметом изучения психологии является: а) психика; б) сознание; в) закономерности возникновения, развития и проявления психики вообще и сознания человека как конкретно-исторической личности в особенности 6б.

2..Выберите, как называются наиболее существенные и устойчивые психические особенности человека: а) свойства; б) процессы; в) психология; г) состояния -7б.

3..Выберите психическое состояние: а) воображение; б) мышление; в) темперамент; г) утомление -7б

**34. основы психологии личности- 20 баллов**

1.Выберите правильный ответ: Человек, характеризуемый социально значимыми событиями, наличием самосознания, свободы воли, самостоятельности, критического мышления, готовности нести ответственность за свободу действий называется: а) личностью; б) субъектом; в) индивидуальностью; г) объектом 7б.

2. Представителем какой теории личности (психоаналитическая, теория социального научения, гуманистическая) является Альберт Бандура-6б.

3. Подструктура личности направленность личности или статус личности в обществе проявляется в 7б.

а) в темпераменте, характере, способностях;

б) в процессе жизни и познавательной деятельности;

в) в потребностях, интересах, идеалах, убеждениях, доминирующих мотивах деятельности поведения в мировоззрении.

**35.современные представления о личности, ее структуре и возрастных изменениях-20 баллов**

1. К психическим свойствам относятся: а) характер, темперамент, способности; б) мышление, память, воображение, ощущения, восприятие; в) знания, навыки, умения; г) нет правильного ответа. 7б.

2.Человек с замедленными реакциями, невозмутимый, постоянный в своих чувствах это: 1. сангвиник; 2. флегматик; 3. холерик; 4. меланхолик; 5. низкий темперамент-7б.

3. Врожденными качествами личности являются: а) характер; б) темперамент;

в) способности; 6б.

**36. особенности психологии инвалидов и лиц пожилого возраста -20 баллов**

1.Какие задачи возникают у человека с выходом на пенсию: а) структурирования времени; б )сужение круга общения; в) переложение ответственности за свою жизнь на общество г)поиск и опробирование новых жизненных ролей д) необходимость нахождения сферы приложения собственной активности -7б.

2.Выберите правильный ответы «Портрет» успешно адаптированного пожилого человека будет следующим: 1.Врожденный высокий интеллект, хорошая память; 2. Постоянная озабоченность своим здоровьем; 3. Любовь к окружающим и стремление помогать, заботиться, приносить пользу; 4 Преувеличенное признание достоинств своего поколения; 5. Любовь к жизни во всех ее проявлениях. Умение видеть красоту и чувствовать радость от жизни; 6 Продолжающаяся способность творить; 7. Переложение ответственности за свою жизнь на членов семьи -6б.

3.Выберите основные правила общения с инвалидами: а) признайте его равным; б) стыдливо опускайте глаза; в)используйте его возможности; г) проявляйте жалость; д) начинайте помогать не получив согласия- 7б.

**37. основные правила профессиональной этики и приемы делового общения в коллективе. – 20 баллов**

1Основными принципами этики социальной работы яв­ляются: -6б

а) авторитет, эмпатия, совесть и др.;  
 б) особенности, взгляды клиента и др.;  
 в) конфиденциальность, доброжелательность, бескорыстность и др..

2. Установите соответствие 1) авторитарный; 2) демократический, 3)либеральный стиль руководства характеризуется: - 7 б.

а) управленческие решения принимаются на основе обсуждения проблемы, учета мнений и инициатив сотрудников;

б) жесткий, постоянный контроль за выполнением решений, с угрозой наказания, отсутствие интереса к работнику как к личности;

в)минимальное участие руководителя в управлении, нежелание принять на себя ответственность за решение проблем и за их последствия, когда они неблагоприятны.   
3.Конфликт- это: а) установление отношений между людьми; б) способность сопереживать другому человеку; в) крайняя форма обострения противоречия -7б.

**Шкала оценки результатов тестового контроля**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Процент результативности (правильных ответов)** | **Оценка уровня подготовки** | |
| 90 - 100 | отлично |
| 80-89 | хорошо |
| 70-79 | удовлетворительно |
| менее 70 | неудовлетворительно |