МЧС РОССИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Уральский институт Государственной противопожарной службы
Министерство Российской Федерации по делам гражданкой обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий»

Кафедра философии и гуманитарных наук

Методические рекомендации

учебной дисциплины

ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность)
(уровень - бакалавриата)
Профиль: Надзорно-профилактическая деятельность

Екатеринбург
2025

Составитель:
Старший преподаватель кафедры
философии и гуманитарных наук
кандидат психологических наук, доцент
подполковник внутренней службы  Ю.С. Газизова

(подпись)

Содержание

1.	Указания по изучению дисциплины	3
2.	Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся	6
2.1.	Задания, вопросы (и т.д.) для самостоятельного выполнения обучающимися	11
3.	Рекомендации по подготовке к экзамену или зачету	96
3.1.	Типовые оценочные средства, пример разбора билета для зачета	102
3.2	Типовые оценочные средства, пример разбора билета для экзамена	124
4.	Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	150

1. Указания по изучению дисциплины

Учебная дисциплина «Психология и педагогика» относится к базовой части основной образовательной программы по специальности 20.03.01 Техносферная безопасность.

Цели освоения дисциплины: формирование у обучающихся психолого-педагогических знаний, умений работать с личным составом подразделений пожарной охраны, практических навыков, нравственных и психологических качеств личности, необходимых специалистам Государственной противопожарной службы МЧС России.

Задачи дисциплины:

- формирование положительного образа профессии, позитивных установок на успешную профессиональную деятельность;
- освоение обучающимися необходимых знаний и навыков для эффективного оптимального взаимодействия с личным составом подразделения ГПС МЧС России, выработка способности к социальной адаптации, коммуникативности, толерантности;
- овладение будущими специалистами педагогической культурой, умениями и навыками по организации и проведению профессиональной подготовки личного состава подразделений пожарной охраны, педагогическими методами обучения в своей предметной области, навыками публичных выступлений, дискуссий, проведения занятий;
- выработка у обучающихся способности к самостоятельной работы и принятия решений, потребности к непрерывному образованию через привитие навыков саморазвития и самообразования;
- развитие у обучающихся навыков познавательной деятельности, работы с информацией (способностей к диалектическому мышлению, абстрагированию, анализу и синтезу, критическому мышлению, обобщению, принятию нестандартных решений, разрешению проблемных ситуаций, резюмированию и аргументированному отстаиванию своих решений), исследовательских умений, навыков применения теоретических методологических концептуальных знаний при осуществлении экспертных и аналитических работ, решения профессиональных и социальных задач.

Успех изучения дисциплины «Психология и педагогика» во многом зависит от активной личной позиции и высокой мотивации обучающегося. При этом обучающийся должен руководствоваться рабочей программой дисциплины «Психология и педагогика», и настоящими методическими рекомендациями.

Методические рекомендации охватывают всю программу курса, в них определены указания по изучению дисциплины, рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся, а также задания и вопросы для самостоятельного выполнения обучающимися, рекомендации по подготовке к зачету и экзамену.

При этом следует учитывать специфику формы проведения занятия. Так, основным видом занятий и теоретическим руководством при изучении дисциплины являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях подробно, аргументировано и методологически четко рассматриваются основные вопросы тем дисциплины, даются различные подходы к исследуемым проблемам.

Особенностью семинарских занятий является коллективный анализ поставленных на обсуждение вопросов, обмен мнениями по прочитанной к семинару литературе. Цель практических занятий состоит в формировании у обучающихся умений и навыков по решению психолого-педагогических задач, предъявляемых профессиональной деятельностью ГПС МЧС России. Вместе с тем, следует помнить, что результативность занятий зависит, прежде всего, от подготовленности и активности его участников, умения самостоятельно мыслить, вести полемику.

В связи с этим, в процессе подготовки к семинарскому, либо практическому занятию важно понимать, что усвоение науки означает не просто хорошее знание ее содержания, но и умение применять это знание в практических ситуациях. Поэтому подготовка к занятиям должна включать в себя элементы следующего алгоритма действий: 1) ознакомление с вопросами плана, 2) чтение конспекта лекций; 3) чтение, комментирование и конспектирование учебной и научной литературы.

Чтение конспекта лекций имеет несколько целей: первая – вспомнить, о чем говорилось на лекциях; вторая – дополнить конспект некоторыми мыслями и примерами из жизни, подкрепляющими понимание ранее услышанного на лекциях; третья – прочитать по учебнику то, что в краткой лекции подробно не могло быть раскрыто, но в то же время подчеркивалось. В последнем случае конспект лекций служит своеобразным путеводителем, ориентирующим в дальнейшей работе: что и где, прочитать, чтобы лучше и подробнее разобраться в тех вопросах, которые на лекциях только намечены, но не раскрыты.

С литературой следует работать по схеме: словарь – учебник – информационный источник из списка дополнительной литературы - словарь. Словарь поможет приступить к изучению вопроса, даст первоначальную информацию. Соответствующий раздел учебника содержит краткое изложение более конкретной информации. Более полное освещение вопроса содержится в информационных источниках из списка дополнительной литературы. Это самая ценная, «живая» информация по вопросу, изучение которой нельзя заменить чтением ни словаря, ни учебника. Рекомендуется завершить подготовку к семинарскому занятию проверкой по словарю, как усвоены основные психолого-педагогические и общенаучные термины.

Практическое занятие – это средство коллективного творческого познания, тренировка творческого мышления, пропагандистского мастерства, необходимые будущему специалисту в его практической деятельности. Практическое занятие требует от обучающегося глубокого самостоятельного изучения рекомендованной литературы по теме занятия, они предназначены для отработки практических умений и формирования психолого-педагогических навыков. В процессе выполнения практических заданий необходимо следовать изложенным инструкциям и последовательно выполнять все указания.

Алгоритм подготовки к практическому занятию:

1) внимательное изучение плана практического занятия, рекомендованной литературы, методических рекомендаций преподавателей;
2) изучение программы дисциплины с целью уяснения требований к объему и содержанию знаний по изучаемой теме;
3) изучение и доработка конспекта лекций, прочитанных по темам, выносимым на практическое занятие;
4) изучение вопросов темы по рекомендованной литературе;
5) изучение дополнительной литературы.

Выполнение практических заданий способствует выработке диагностических умений, навыков самоанализа, освоение умений исследовательской работы, применение усвоенных знаний в практической деятельности.

Практические занятия по дисциплине «Психология и педагогика» как интерактивный метод обучения активизируют учебный процесс и его участников; приучают к исследованию и оценке информации; учат принимать решения в условиях неопределенности или на основе неполной информации, выбирать критерии и находить по ним оптимальные решения; развивают способности ставить проблему, находить причины явлений, устанавливать зависимость между причинами и следствиями;

формируют аналитическое мышление и умение ясно и убедительно излагать свою точку зрения.

При подготовке докладов и сообщений, рекомендуется выделить главную мысль доклада, сообщения, продумать логику изложения, подобрать примеры, сформулировать свои выводы. Эти же требованиями относятся и к подготовке рефератов. В процессе выполнения данных видов работ, обучающихся должен освоить следующие умения:

1) самостоятельный поиск по заданной теме;
2) отбор важной информации;
3) анализ и синтез знаний по проблеме;
4) обобщение и классификация информации по исследовательским проблемам;
5) логичное и последовательное раскрытие темы;
6) обобщение знаний по проблеме и формулирование вводов;
7) грамотное и правильное оформление текста.

Если при этом возникают затруднения, то следует обратиться за консультацией к преподавателю.

Работу для дополнительного (углубленного) освоения учебной дисциплины целесообразно осуществлять непосредственно перед проведением практического занятия по соответствующей теме.

Проработку дополнительных источников по изучаемому разделу (теме) рекомендуется осуществлять сразу после изучения данного раздела (темы) на лекционных занятиях. Это позволит обучающемуся затратить меньше времени на обработку материала и выделение из него полезной дополнительной информации.

Помимо изучения учебной литературы, обучающийся обязан самостоятельно искать печатные работы научного характера (монографии, статьи, обзоры, авторефераты диссертаций и т.д.). Для поиска такой литературы следует обратиться к электронному каталогу Российской государственной публичной библиотеки (РГПБ) или другим электронным ресурсам. Четкое выполнение указанных рекомендаций позволит полноценно и качественно усвоить курс «Психология и педагогика» и тем самым повысить свою психолого- педагогическую компетентность, которая является важной составляющей общего профессионализма сотрудника ГПС.

2. Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа – планируемая учебная, учебно- исследовательская, научно-исследовательская работа обучающихся, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой обучающихся).

Формы самостоятельной работы (СРО) включают в себя:

- изучение учебного материала из перечня основной и дополнительной литературы, используя библиотечный фонд института и электронные ресурсы;
- изучение и систематизацию официальных государственных документов - законов, постановлений, указов, нормативно- инструкционных и справочных материалов с использованием информационно-поисковых систем «Гарант», «Консультант Плюс» глобальной сети «Интернет»;
- изучение учебной, научной и методической литературы, материалов периодических изданий с привлечением электронных средств официальной, статистической, периодической и научной информации;

- подготовку докладов и рефератов, написание курсовых и выпускных квалификационных работ;
- участие в конкурсах, работе научно-практических конференций, комплексных научных исследованиях.

Самостоятельная работа приобщает обучающихся к научному творчеству, поиску и решению актуальных современных проблем, формирует умения самостоятельной работы для приобретения знаний, навыков и возможности организации учебной и научной деятельности.

Основными задачами СРО в процессе изучения курса «Психология и педагогика» являются:

- систематизация и закрепление полученных психолого- педагогических знаний и практических, полученных в рамках курса;
- углубление и расширение теоретических знаний по отдельным темам;
- формирование умений использовать научную, нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности иорганизованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей ксаморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходесамостоятельных занятий на семинарах, на практических занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, дляэффективной подготовки к итоговому зачету.

В образовательном процессе выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная, под руководством преподавателя, и внеаудиторная. Тесная взаимосвязь этих видов работ предусматривает дифференциацию и эффективность результатов ее выполнения и зависит от организации, содержания, логики учебного процесса (межпредметных связей, перспективных знаний и др.):

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя ипо его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется обучающихся по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной педагогом учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- конспектирование учебной информации;
- написание рефератов;
- подготовка к семинарам и практическим работам, их оформление;
- составление презентаций по предложенным темам;
- подготовка рецензий на статью, пособие;
- выполнение микроисследований;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных исторических задач, проведения сравнения, индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;
- контроль самостоятельной работы;
- прием и разбор домашних заданий (в часы практических занятий);
- работа с текстом учебника, картой, документами;
- анализ информации из СМИ и других источников;
- выполнение и защита рефератов в рамках дисциплины;
- выполнение учебно-исследовательской работы.

В процессе самостоятельной работы обучающийся приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексиии становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Выполняя самостоятельную работу под контролем преподавателя обучающийся должен:

- освоить минимум содержания, выносимый на самостоятельную работу обучающихся и предложенный преподавателем в соответствии с Государственными образовательными стандартами высшего образования по дисциплине «Психология и педагогика».
- планировать самостоятельную работу в соответствии с рабочей программой дисциплины;
- выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам;
- самостоятельно определять уровень (глубину) проработки содержания материала;
- использовать для самостоятельной работы методические пособия, учебные пособия, разработки сверх предложенного преподавателем перечня;
- использовать не только контроль, но и самоконтроль результатов самостоятельной работы в соответствии с методами самоконтроля, предложенными преподавателем или выбранными самостоятельно.

Основной формой самостоятельной работы является изучение конспекта лекций, их дополнение из рекомендованной литературы, активное участие на практических и семинарских занятиях. Но для успешной учебной деятельности, ее интенсификации, необходимоучитывать следующие субъективные факторы:

1. Знания программного материала предшествующих дисциплин, понятийного аппарата, необходимого для усвоения дисциплины. Затратив силы на преодоление этих пробелов, обучающийся обеспечит эффективную успеваемость.
2. Наличие умений, навыков умственного труда:

а) умение конспектировать на лекции и при работе с книгой;

б) владение логическими операциями: сравнение, анализ, синтез, обобщение, определение понятий, правила систематизации и классификации.

3. Специфика познавательных психических процессов: внимание, память, речь, наблюдательность, интеллект и мышление. Слабое развитие каждого из них становится серьезным препятствием в учебе.
4. Работоспособность, которая обеспечивается нормальным физическим состоянием. Результат обучения оценивается не количеством сообщаемой информации, а качеством ее усвоения, умением ее использовать и развитием у себя способности к дальнейшему самостоятельному образованию.

5. Соответствие избранной деятельности, профессии индивидуальным способностям. Необходимо выработать у себя умение саморегулировать свое эмоциональное состояние и устранять обстоятельства, нарушающие деловой настрой, мешающие намеченной работе.

6. Овладение оптимальным стилем работы, обеспечивающим успех в деятельности. Чередование труда и пауз в работе, периоды отдыха, индивидуально обоснованная норма продолжительности сна, предпочтение вечерних или утренних занятий, стрессоустойчивость на зачетах и особенности подготовки к ним,

7. Уровень требований к себе, определяемый сложившейся самооценкой.

Следует взять за правило: учиться ежедневно, начиная с первого днясеместра.

Таким образом, первая задача организации внеаудиторной самостоятельной работы – это составление расписания, которое должно отражать время занятий, их характер (теоретический курс, практические занятия, графические работы, чтение), перерывы на обед, ужин, отдых, сон, проезд и т.д. Расписание не предопределяет содержания работы, ее содержание неизбежно будет изменяться в течение семестра

Самостоятельная работа потребует интенсивного умственного труда, который необходимо не только правильно организовать, но и стимулировать. При этом очень важно уметь поддерживать устойчивое внимание к изучаемому материалу. Выработка внимания требует значительных волевых усилий. Существенным фактором, влияющим на повышение умственной работоспособности, являются здоровый образ жизни.

Одним из условий успешного обучения является умение обучающихся подобрать соответствующую литературу для выполнения учебных заданий и научной работы. Самостоятельный подбор литературы осуществляется при подготовке к семинарским, практическим занятиям.

Существует несколько способов определения списка необходимой литературы:

Во-первых, в рабочей программе учебной дисциплины «Психология и педагогика» приводится список основной и дополнительной литературы, перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

Во-вторых, в большинстве учебников и книг делаются ссылки, сноски на другие литературные источники, приводится список литературы по раскрываемой в книге проблеме.

В-третьих, наиболее полный список литературы по соответствующей проблеме имеется в диссертациях. Сами диссертации хранятся в диссертационном зале библиотек.

Работа с текстом книги или статьи

В процессе чтения текста важно понять, что каждое слово, словосочетание, фразеологический оборот несут определенную смысловую нагрузку. Встречающиеся в книге, статье, незнакомые или непонятные слова нуждаются в уточнении. К сожалению, как свидетельствует практика, значительная часть обучающихся не пытается установить значение новых слов ни при помощи словарей, ни каким-либо другим способом.

Равнодушное отношение к незнакомым словам, а в итоге к мысли автора, приводит к непониманию важнейших положений изучаемого материала. В результате формируется устойчивая привычка приблизительного усвоения смысла прочитанного.

После того, как материал учебника или статьи прочитан, более глубокому его осмыслению и пониманию способствует составление плана. В нем систематизируется все, что было получено в результате мыслительной обработки текста. План может быть устным или письменным. Главное, чтобы он раскрывал и развивал главную мысль прочитанного. Хорошим считается такой план, который четко выражает основное содержание текста, делает его компактным и удобным для хранения в памяти. Объем,

форма и содержание плана сугубо индивидуальны и составляются обучающимся для самого себя.

Вместе с тем существует определенная общая методика, которая позволяет составить удобный план. Она заключается в том, что прочитанный текст (книга, статья, параграф) делится на части, каждая из которых содержит законченное сообщение по какой-либо проблеме, вопросу. Затем на основе выделенных ключевых слов, фраз формулируется главная мысль каждой части текста. Главная мысль всего текста может стать заголовком плана. Таким образом, план будет представлять собой перечисление логически связанных между собой главных мыслей прочитанного. К каждому пункту плана может даваться дополнительный краткий материал, обосновывающий то или иное положение плана.

Другой формой разработки плана является самостоятельное составление структурно-логических схем, рисунков, чертежей, опорных сигналов, раскрывающих содержание текста. Они позволяют отразить не только основные понятия, но и взаимосвязь структурных элементов, динамику изучаемого явления или процесса.

Осмыслению, пониманию и запоминанию учебного материала способствует составление конспекта – систематизированной, логически связанной записи прочитанного. Под конспектированием понимается такаямыслительная обработка текста, которая приводит к его сокращению, ноне искажает основного смысла.

Существует несколько разновидностей конспектов, которые можно условно разделить на плановые (план-конспекты), текстуальные, свободные и тематические.

Плановый конспект (план-конспект) составляется на основе созданного плана. Каждый вопрос плана раскрывается необходимой информацией в виде цитат, таблиц, схем или свободно изложенного текста. Если какой-то пункт плана не требует дополнений и разъяснений,то его можно не сопровождать дополнительной информацией. Это одна из особенностей короткого план-конспекта, помогающего лучше усвоить материал уже в процессе его изучения. Составление такого конспекта формирует умение последовательно и четко излагать свои мысли, обобщать содержание учебника или книги. Короткий план-конспект – незаменимое пособие в тех случаях, когда требуется подготовить доклад, выступление или ответ по какой-либо проблеме.

Текстуальный конспект представляет собой набор цитат, связанных друг с другом логическим переходом. Такой конспект является источником дословных высказываний автора. Он помогает выявить и проанализировать спорные моменты. Данный вид конспектирования целесообразно использовать для сравнительного анализа различных точек зрения, высказанных разными авторами по одной проблеме. Написание текстуального конспекта требует определенных умений быстро и правильно определить главную мысль текста, подобрать выражающую ее цитату. Если же конспект составлен из выписок, сделанных без глубокой проработки материала, без его осмысления, то в последующем по нему трудно восстановить основное содержание прочитанного.

Свободный конспект сочетает в себе выписки, цитаты, собственные формулировки. Часть текста может быть представлена в виде структурно- логических схем, рисунков, таблиц. Составление такого конспекта развивает способность кратко формулировать собственные мысли, обосновывать и аргументировать основные положения текста, способствует изучению учебного материала, расширению активного запаса слов. Считается, что свободный конспект является наиболее полезным при проработке гуманитарной литературы, самостоятельном изучении учебных дисциплин. Последовательность написания его такова: прочитать, понять, осмыслить, четко и кратко записать. Для составления свободного конспекта требуется достаточно много времени.

Тематический конспект разрабатывается для углубленного изучения и осмысления узкоспециализированного вопроса или темы. Особенность такого конспекта в том, что он

не отображает всего содержания прочитанного материала одного или нескольких источников. Обучающийся обычно делает записи только тех положений, которые имеют непосредственное отношение к изучаемому им вопросу. Составление тематического конспекта помогает всесторонне обдумать интересующую проблему, проанализировать имеющиеся точки зрения на ее решение, активизировать собственные знания по данной теме.

На первый взгляд кажется, что предлагаемая методика работы с книгой, учебной литературой достаточно трудоемка и требует много времени. Но это ошибочная точка зрения. Осмысливание в уме текста, постановка вопросов и поиск ответов на них, проверка самого себя в ходе чтения позволяют гораздо быстрее и прочнее усвоить материал, чем только при его прочтении и пересказе. При этом расширяется багаж знаний, развивается мышление, память, что в значительной мере дает выигрыш и в качестве знаний, и в количестве времени и сил, затрачиваемых на подготовку к занятиям.

В целях более быстрого освоения методики работы с книгой, учебной литературой предлагаем краткие методические рекомендации:

До чтения. Начинайте работу с осмысливания заголовка. Проанализируйте оглавление, эпиграф, аннотацию к книге. Настройтесь для дальнейшей работы над текстом.

По ходу чтения. Старайтесь понять все слова и предложения в тексте, выделить важные и ключевые из них. Ведите мысленный диалог с текстом; задавайте вопросы самому себе по содержанию прочитанного, обоснованию изучаемых положений; стройте свои предположительные ответы и сверяйте их с текстом. По ходу чтения попытайтесь осознать, что Вам непонятно, в чем возникают сомнения. Выясните наиболее трудные для Вас вопросы. Делайте выписки, выделяйте главные мысли, составляйте схемы, чертежи, таблицы. Анализируйте конкретные примеры.

После прочтения текста. Сформулируйте главную мысль прочитанного. Прочитайте повторно наиболее сложные для Вас части текста. Продумайте план. Задайте вопросы себе по всему тексту. Составьте конспект прочитанного. Через некоторое время проверьте себя.

Выполнение указанных рекомендаций позволит полноценно и качественно усвоить курс по дисциплине «Психология и педагогика».

2.1 Задания, вопросы (и т.д.) для самостоятельного выполнения обучающимися

РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОНЯТИЯ КУРСА «ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА» ТЕМА № 1. ВВЕДЕНИЕ В КУРС «ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА»

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.2.

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Особенности становления педагогики и психологии в системе научного знания.
2. Основные различия житейских и научных знаний.
3. Подходы к пониманию и осмыслению предметов дисциплин в российской и зарубежной науке.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал и презентацию *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся).*

3. Законспектировать основные таблицы (становление психологии и педагогики; отличие психики человека от психики животных, житейские и научные знания).

Темы рекомендуемых докладов и сообщений для занятия.
При подготовке сообщений целесообразно указать представителей направлений, основные их идеи, положения теорий.

- Основные направления в психологической науке: бихевиоризм, фрейдизм, гештальтпсихология, гуманистическая психология, отечественная психология (по выбору).
- Выдающиеся психологи-исследователи (по выбору).

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.3.

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:
1. Психика – предмет психологической науки
2. Сознание – высший уровень развития психики. Структура сознания.
3. Соотношение сознания и бессознательного.
4. Развитие психики в процессе онтогенеза и филогенеза. Сравнение психики человека и животных. Сознание и деятельность.
5. Психические явления.
6. Принципы психологии.

Задание на самоподготовку:
1. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся).*
2. Законспектировать схему Психические явления.
3. Выписать и выучить основные понятия: *Психика, функции психики, сознание, характеристики сознания, бессознательное, онтогенез, филогенез, психические процессы (познавательные, эмоциональные, волевые), психические свойства, психические состояния, деятельность, поведение, активность, принципы психологии.*

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.4.

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:
1. Предмет, объект, основные задачи и функции педагогики.
2. Категории педагогики: воспитание, обучение, развитие, преподавание, учение, образование, педагогическая деятельность, педагогическое взаимодействие, педагогические технологии, педагогическая задача, педагогический процесс.
3. Законы педагогики.
4. Задачи педагогической науки и практики на современном этапе ее развития.

Задание на самоподготовку:
1. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся).*
2. Законспектировать законы педагогики.
3. Выписать и выучить основные понятия: *воспитание, обучение, развитие, преподавание, учение, образование, педагогическая деятельность, педагогическое взаимодействие, педагогические технологии, педагогическая задача, педагогический*

процесс.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений для занятия.
При подготовке сообщений целесообразно указать представителей направлений, основные их идеи, положения теорий.

- Психолого-педагогическая составляющая профессиональной деятельности сотрудников МЧС России
- Основные направления в педагогической науке (по выбору).
- Выдающиеся педагоги- исследователи (по выбору).

ТЕМА № 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ГПС МЧС РОССИИ

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.2.

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:
1. Деятельность как категория психологической науки. Деятельностный принцип в психологии.
2. Психика, поведение, деятельность. Деятельность и активность.
3. Деятельность человека и ее психологические особенности. Внешний и внутренний план деятельности.
4. Структура деятельности.
5. Мотивы трудовой деятельности.
6. Основные виды деятельности человека.

Задание на самоподготовку:
1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *субъект деятельности, объект деятельности, условия деятельности, цель деятельности, мотив, действие, интериоризация, экстериоризация, ведущий вид деятельности.*
4. Подготовиться к проверочной работе по теме 2.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:
- Сообщение «Виды деятельности человека».
- Сообщение «Мотивы трудовой деятельности».
- Сообщение «Методы анализа ошибочных действий».

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.3.

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:
1. Психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России: понятие профессиональной деятельности, субъект деятельности, объект деятельности.
2. Психологический анализ основных видов деятельности в подразделениях ГПС МЧС России.
3. Влияние экстремальных условий служебной и боевой деятельности на психику и здоровье пожарных. Общие характеристики психологического воздействия

экстремальных ситуаций: новизна, внезапность, необычность, дезорганизация деятельности индивида, возможная угроза жизни.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
2. Ознакомиться с литературой:
   - ✓ Демченко, О.Ю. Психологическая подготовка: учеб.пособие / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. И.В. Ковина – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2015. – 220 с.
   - ✓ Самонов А.П. Психология для пожарных. – Пермь: Звезда, 1999. – с.48-62, 94 -105.
3. Подготовить таблицу «Влияние стресс-факторов на психику пожарных»

№ п/п	Название фактора	Как влияет?	Как отражается на качестве профессиональных действий?

4. Выписать и выучить понятия: *человеческий фактор, стресс-фактор, объективные стресс-факторы, субъективные стресс-факторы, предрабочее состояние, боевая готовность, психическая готовность, нервно-психическая напряженность.*

РАЗДЕЛ 2. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ СОТРУДНИКА ГПС МЧС РОССИИ

ТЕМА 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ, ИХ УЧЕТ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ГПС МЧС РОССИИ

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Индивид, личность, индивидуальность.

Личность как ведущая категория в психологии. Индивид как предпосылка формирования личности. Целостность духовной и биологической природы человека Уровни становления индивидуальности. Биологическое и социальное развитие личности.

2. Проблема социализации личности.

Факторы социализации личности. Агенты социализации

3. Проблема личности в зарубежной психологии.

Классификация основных направлений в теориях личности: описательный (Кречмер, Шелдон, Г. Олпорт, Р. Кеттелл, Г. Айзенк), бихевиористский (Б.Ф. Скиннер и др.), психодинамический (З. Фрейд, А. Адлер), гуманистический (А. Маслоу), Эго – психология (Э. Эриксон, Э. Фромм, К. Корни).

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Подготовиться к конференции на тему: «Проблемы личности в психологии». Обучающимся предлагается выбрать роли ученых, которые отражают позиции изученных ранее подходов в психологии личности. Эти позиции должны включать научные взгляды отечественных исследователей (В.М. Бехтерев, Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин), и зарубежных авторов (З. Фрейд, Э.Эриксон, А.Адлер, Г.Юнг, А.Маслоу, Дж.Келли,

Р.Кеттел, Г. Айзенк, Б.Ф. Скиннер, Кречмер и др.). раскрывая позицию того, или иного автора, обучающиеся должны представить ее с точки зрения этих исследователей.

4. Подготовить таблицу «Влияние стресс-факторов на психику пожарных»

№ п/п	Психологический подход	Представитель	Как трактуется категория «личность»?

5. Выписать и выучить основные понятия: *личность, индивид, индивидуальность, психическое развитие, движущие силы психического развития, социализация личности.*

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.4.

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Структура познавательной деятельности.

Роль познавательных процессов в психической деятельности индивида. Схема приема и переработки информации.

2. Основные характеристики познавательных психических процессов

2.1. Ощущение.

Ощущение как простейший познавательный процесс. Возникновение ощущений. Классификация ощущений. Свойства ощущений. Сенсорная адаптация. Пороги чувствительности.

2.2 Восприятие

Восприятие как психический процесс. Ощущения и восприятие. Свойства восприятия. Виды восприятия. Законы восприятия. Иллюзии восприятия.

2.2. Представление.

Сущность процесса представления. Классификация основных видов представлений.

2.3. Внимание

Сущность процесса внимания, его функции и свойства. Виды внимания. Способы развития внимания

2.4. Память

Память как психический процесс. Классификация видов памяти. Процессы памяти.

2.5. Воображение.

Воображение как познавательный процесс. Функции воображения. Формы воображения. Психология творчества.

2.6. Мышление

Мышление как познавательный процесс. Функции мышления. Операции процесса мышления. Этапы мыслительного действия. Этапы решения мыслительной задачи. Виды мышления. Способы развития мышления.

3. Решение практических задач.

4. Основные психические процессы их значение и учет в профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России.

Роль процессов в профессиональной деятельности. Требования профессии к уровню развития познавательных процессов сотрудников ГПС.

5. Способы активизации познавательной деятельности

Эффективные техники коррекции и развития познавательных процессов.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.

2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.

3. Ознакомиться с литературой:

- Демченко О.Ю. Психология когнитивной деятельности. Часть 1 [Текст]: учеб.пособие: в 2-х ч. / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2017. – 112 с.
- Демченко О.Ю. Психология когнитивной деятельности. Часть 2 [Текст]: учеб.пособие: в 2-х ч. / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2017. – 103 с.

4. Выписать и выучить основные понятия: *познавательная деятельность человека, познавательные процессы, ощущение, рецептор, раздражитель, анализатор, порог ощущения, чувствительность, сенсорная адаптация, экстероцептивные ощущения: контактные и дистантные ощущения, интероцептивные ощущения, проприоцептивные ощущения, восприятие, образ восприятия, предметность, восприятия, целостность восприятия, константность восприятия, осмысленность восприятия, избирательность восприятия, структурность восприятия, апперцепция, наблюдение, иллюзии восприятия, внимание, объем внимания, переключаемость внимания, концентрация внимания, распределение внимания, устойчивость внимания, отвлекаемость, принцип доминанты, память, запечатление, сохранение, узнавание, воспроизведение, забывание, ассоциация, объем памяти, быстрота воспроизведения, точность воспроизведения, закон забывания, ременесценция, представление, мышление, теоретическое мышление, практическое мышление, наглядно-действенное мышление, наглядно-образное мышление, абстрактно-логическое мышление, понятие, суждение, умозаключение, анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение, конкретизация, воображение, сновидение, грезы, творчество, мечта, интеллект.*

5. Обучающимся предлагается разбиться на проблемные группы, каждая из которых должна выполнить творческое задание: «Представить творческий проект по презентации конкретного психического процесса, при этом в каждой группе должны быть указаны своеобразные характеристики, достоинства выбранного процесса и негативные проявления). Формы защиты проектов различные и выбираются по личной инициативе: слайд-фильм (! в звуковом сопровождении), художественная постановка (инсценировка), рекламный журнал-презентация, газета-провокация, «теле-передача», и т.д.

Особое внимание курсантов обращается на отражение в своем сюжете основных характеристик процессов и их значения в профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России, а также техники коррекции и развития познавательных процессов.

6. Ответьте на предложенные вопросы:

1. Какова взаимосвязь и своеобразие ощущений и восприятий?
2. Докажите: глаз орла видит дальше, но глаз человека видит больше в предметах, чем глаз орла.
3. В чем психологический смысл пословицы: «на вкус и цвет товарищей нет»
4. В случае потери слуха у человека обостряется зрение и деятельность других анализаторов. О какой закономерности ощущений говорят данные явления. Дайте объяснение этому факту.
5. Верно или неверно утверждение: Наше восприятие окружающего частично зависит от нашей культуры и опыта?
6. Известны случаи, когда слепорожденные после удачной операции начинали видеть. Смогут ли они сразу после операции только с помощью зрения определить, какой предмет является кубом, какой - шаром, если с помощью осязания они это умеют делать? Дайте обоснование ответа.
7. Почему, слушая музыку, мы воспринимаем не отдельные звуки, а мелодию. Она остается той же самой, если ее исполняет симфонический, струнный оркестр или один рояль?
8. Иногда у водителей автомобилей и летчиков возникают иллюзии: быстро

приближающийся предмет кажется им разбухающим. Чем объясняются описанные иллюзии?

9. Определите вид памяти: После встречи со старым знакомым он погрузился в воспоминания о былом, шел, не замечая ни встречных людей, ни домов, мимо которых проходил, и незаметно для себя очутился у ворот своего дома.

10. Как-то раз актер должен был неожиданно для себя заменить своего товарища и в течение одного дня выучил его роль: во время спектакля он знал ее в совершенстве, но после спектакля все выученное им улетело, как он выразился, «словно губкой стерло из памяти» и роль была им совершенно забыта. Почему актер забыл роль?

11. В некоторых экспериментах по мышлению испытуемым предлагают несколько рядов слов, чтобы они вычеркнули то, которое считают лишним. Например: Енисей, Обь, Печора, Лена, Дон. Обычно вычеркивают Дон. Как вы объясните, почему именно Дон. Какая мыслительная операция лежит в основе выполнения этого задания?

12. На основании выводов ученых-психологов сформулировать некоторые практические рекомендации по развитию мнемических способностей учащихся. Прокомментируйте их.

а) «Можно считать установленным, что запоминание материала, включенного в активную деятельность в качестве только ее отправного пункта и данного поэтому в готовом виде, осуществляется с меньшим успехом, чем запоминание материала, найденного самостоятельно в итоге активной деятельности».

б) «В процессе деятельности воспринимаются и закрепляются в представлениях те качества объектов (предметов, вещей), которые для нее имеют значение, важны для решения определенной практической задачи».

в) В широком смысле термином «память» обозначают отражение человеком прошлого опыта и активное проявление этого опыта в способностях, характере, поступках. Но память не ограничена процессом соединения прошедших событий с настоящими. Благодаря памяти человек предвосхищает и сознательно прогнозирует события и поступки. Всемерное развитие прогностических функций памяти находит яркое воплощение в организации деятельности студента в формах и методах вузовского преподавания».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.5.

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Психологическая структура личности

Направленность, характер, темперамент, способности и задатки. Эмоционально - волевая сфера личности. Эмоции и чувства.

2. Специфика изучения психологического профиля личности сотрудника ГПС МЧС России

Требования к психологическому профилю личности сотрудника ГПС МЧС России с учетом направлений деятельности. Профессиональная пригодность сотрудников ГПС МЧС РФ. Проблема психологического отбора в системе ГПС МЧС РФ.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить текст лекции.
2. Ознакомиться с литературой:

1) Маклаков А.Г. Общая психология: учебник для вузов. - СПб: Питер, 2011. - 583с.

2) Демченко, О.Ю. Психологическая подготовка: учеб. пособие / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. И.В. Ковина – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2015. – 220 с.

3) Елисеев, О. П. Практикум по психологии личности / О. П. Елисеев. - СПб: Питер, 2008. - 512 с

4) Общая психология: Курс лекций \ Сост. И.Е. Рогов. – М.: ВЛАДОС, 1999. - 448 с. – с. 311- 419.

5) Психология и педагогика в схемах и таблицах. – Мн.: Харвест, М.:2000. - 384с.- с. 141-173.

Выучить следующие понятия и категории: *психические свойства личности, темперамент, сила нервной системы, уравновешенность нервных процессов, подвижность нервных процессов, сензитивность, экстраверсия, интроверсия, направленность, характер, акцентуация характера, устойчивость характера, изменчивость характера, способности, задатки, одаренность, талант, гениальность, воля, волевые действия, импульсивные действия, борьба мотивов, принятие решения, волевое усилие, сила воли, целеустремленность, инициативность, самостоятельность, решительность, последовательность, самооценка, самоконтроль, эмоции, чувства, аффект, настроение, эмоциональный стресс, агрессия, агрессивность, тревожность, экстраверсия, интроверсия, психологический профиль личности, психодиагностика, тест, профессиональная пригодность.*

3. Практические задания:

- Методика 1. Определите общие и специальные способности в различных видах деятельности.

Инструкция испытуемому. Ниже дан перечень свойств личности. Необходимо определить, какие из них входят в ансамбль качеств, составляющих способности к следующим видам деятельности: математическая деятельность — аналитик, экономист; педагогическая деятельность – преподаватель, спортивная деятельность – спортсмен, служебно-боевая деятельность – инженер пожарной безопасности.

Перечень свойств личности:

двигательная память; лаконичность процесса рассуждения, трудолюбие; настойчивость; сенсомоторная координация; любовь к детям; хорошее запоминание общих схем, рассуждений, доказательств, выводов, обобщенных способов решения вопросов; высокая работоспособность; эмоциональная устойчивость; умение передать свои мысли и чувства с помощью наглядных образов; скорость и точность сложных видов реакций и движений; быстрота мыслительных процессов; гибкость; острота восприятия и переживание эмоциональной выразительности музыки; прочность запоминания; целостность восприятия; гибкость мышления; яркость воображения; стремление к ясности, простоте и экономичности решений; богатство словарного запаса; пластичность; быстрота и легкость переключения с прямого на обратный ход мысли; эмоциональность; выдержка и самообладание; слуховое представление сочетания музыкальных звуков; умение налаживать контакты; целеустремленность; отзывчивость; память на числа, цифры и формулы; смелость и решительность; справедливость и требовательность; умение рассказывать; логичность мышления в сфере количественных и пространственных отношений, числовой и знаковой символики; физическая сила; сила, уравновешенность и подвижность нервных процессов; устойчивое произвольное внимание; организаторские умения; находчивость; способность сохранять равновесие; умение понимать других людей; устойчивость интереса к делу; способность к анализу и синтезу словесного материала; широкое распределение и переключение внимания; воссоздание образов по словесному описанию; умение быстро принимать решения; пространственное воображение; выносливость; эмоциональная выразительность движений; чуткость к языковым особенностям; техническая наблюдательность. Обработка результатов и выводы.

Впишите перечисленные качества в соответствующие места таблицы.

Виды деятельности	Свойства, которые составляют общие способности к данному виду деятельности.	Свойства, которые составляют специальные способности к данному виду деятельности
Математик		
Учитель		
Спортсмен		
Инженер ТБ		

- Методика №2. Экспериментальное исследование экстраверсии-интроверсии.

Инструкция испытуемому: Вам предлагается ответить на поставленные вопросы и поставить знак плюс (+) слева от номера вопроса при утвердительном ответе и знак минус (-), если на поставленный вопрос вы отвечаете "нет".

1. Бывало ли у Вас так, что Вы не смогли принять решение?
2. Вы любите работу (занятие), которые не требуют значительных усилий?
3. Вы больше любите вести разговор о Вашем настоящем, нежели о прошлом?
4. У Вас редко возникает желание остаться одному?
5. Вы мало вспоминаете о лучших днях своей жизни?
6. Вы очень редко ощущаете свое одиночество?
7. Вы предпочитаете в гостях немедленно примкнуть к группе людей?
8. Вы склонны к быстрым и решительным действиям?
9. Вы общительны, у Вас много друзей и знакомых? 10.У вас преобладает радостное живое настроение? 11. Вы энергичны, подвижны в движении и общении? 12.У Вас богатая мимика, пантомимика?
13. Вы выносливы в работе, и можете долго работать без перерыва?

14. Вы очень быстро отвлекаетесь, отзываетесь на явления и события, которые происходят вокруг Вас?
15. Вы уверены в себе, при неудачах, не падаете духом?

Обработка результатов и выводы

Сосчитайте количество плюсов (+). Если их оказалось от: 11 до 15, то вы экстраверт; 6 до 10 - смешанный тип; 0 до 5 - интроверт.

Приведите наиболее характерные для вас примеры проявления экстраверсии и интроверсии

- Методика № 3. Экспериментальное исследование пластичности-ригидности с помощью опросника Дж. Бренгельмана.

Инструкция испытуемому. Вам предлагается ответить на поставленные вопросы и поставить знак (+) слева от номера вопроса при согласии и знак минус (-) при несогласии.

1. Вы любите, чтобы для Вас всегда было свое место и чтобы всегда все было на своем месте?
2. Вы находите, что Вашему темпераменту соответствует только хорошо упорядоченный образ жизни?
3. Вы всегда тщательно планируете и организовываете свою работу?
4. Вы обычно раздражены, если что-то неожиданно нарушает Вам режим?
5. Лучше умереть героем, чем жить трусом?
6. Сильный человек может справиться и с самыми трудными проблемами?
7. Вы сочувствуете человеку, который ни в чем не уверен и постоянно во всем сомневается?
8. Вы редко изменяете однажды принятое решение?
9. Вы достигли такого понимания жизни, которое позволяет Вам проникнуть в суть любого явления?
10. Наше мышление было бы намного лучше, если бы мы забыли существование, таких слов как «возможно», «приблизительно», «вероятно».
11. Большинство вопросов имеет, собственно, один правильный ответ? 12.Вы предъявляете высокие требования к себе и к другим?
13. Большинство тех споров и ссор, в которых Вы принимаете участие, не являются принципиальными?
14. Вас до глубины души, возмущает человек, который отказывается признавать свою ошибку? 15.Ваша самая трудная работа в жизни - это борьба с самим собой?

Обработка результатов и выводы

Сосчитайте количество (+). Если их оказалось от 15 до 11, то у вас преобладает свойство ригидности, 6 до 10 - ригидность и пластичность присутствуют в равной мере, 0 до 5 - преобладает пластичность. Приведите наиболее характерные для Вас примеры проявления ригидности и пластичности.

- Методика 4. Экспериментальное исследование типов темпераментов

Инструкция испытуемому. Ваша задача просмотреть формы проявления указанных типов темперамента и отметить знаком плюс (+) слева от номеров утверждений те особенности, которые относятся к Вам.

I. Вы:
1. Неусидчивы, суетливы;
2. Невыдержаны, выносливы;
3. Нетерпеливы;
4. Резки и прямолинейны с людьми
5. Решительны и инициативны
6. Упрямы;

7. Находчивы в споре;
8. Работаете рывками;
9. Склонны к риску;
10. Незлопамятны и обидчивы;
11. Обладаете быстрой, страстной речью;
12. Не уравновешенны и склонны к горячности;
13. Агрессивный забияка;
14. Нетерпимы к недостаткам;
15. Обладаете выразительной мимикой;
16. Способны быстро действовать и решать;
17. Неустанно стремиться к новому;
18. Обладаете резкими, порывистыми движениями;
19. Настойчивы в достижении цели;
20. Склонны к резким сменам настроения.

II. Вы:

1. Веселы и жизнерадостны;
2. Энергичны и деловиты;
3. Часто не доводите дело до конца;
4. Склонны переоценивать себя;
5. Способны схватывать быстро все новое;
6. Неустойчивы в интересах и склонностях;
7. Легко переживаете неудачи, неприятности;
8. Легко приспосабливаетесь к обстоятельствам;
9. С увлечением беретесь за любое новое дело;
10. Быстро остываете, если дело перестает нравится;
11. Быстро включаетесь и переключаетесь в работе;
12. Тяготитесь однообразием, будничной работы;
13. Общительны и отзывчивы с людьми;
14. Выносливы и работоспособны;
15. Обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью;
16. Сохраняете самообладание;
17. Обладаете всегда бодрым настроением;
18. Быстро пробуждаетесь и засыпаете;
19. Часто бываете не собраны;
20. Склонны иногда скользить по поверхности.

III. Вы:

1. Спокойны и хладнокровны;
2. Последовательны и обстоятельны;
3. Осторожны и рассудительны;
4. Умеете ждать;
5. Молчаливы и не любите болтать;
6. Обладаете спокойной, размеренной речью;
7. Сдержаны и терпеливы;
8. Доводите начатое дело до конца;
9. Не растрачиваете полноту сил;
10. Строго придерживаться распорядка;
11. Легко сдерживаете порывы;
12. Маловосприимчивы к одобрению и порицанию;
13. Незлобивы и снисходительны к людям;
14. Постоянны в отношениях и интересах;

15. Медленно включаетесь и переключаетесь в работе;
16. Ровны в отношениях со всеми;
17. Любите аккуратность и порядок во всем;
18. С трудом приспосабливаетесь к новой обстановке;
19. Инертны;
20. Мало подвижны, вялы;

IV. Вы:

1. Стеснительны и застенчивы;
2. Теряетесь в новой обстановке;
3. Затрудняетесь устанавливать контакты с незнакомыми людьми;
4. Не верите в свои силы;
5. Легко переносите одиночество;
6. Чувствуете подавленность и растерянность при неудачах;
7. Склонны уходить в себя;
8. Быстро утомляетесь;
9. Обладаете слабой, тихой речью, иногда доходящей до шепота;
10. Невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника;
11. Впечатлительны до слезливости;
12. Чрезвычайно восприимчивы к одобрению, порицанию;
13. Предъявляете высокие требования к себе и другим;
14. Склонны к подозрительности и мнительности;
15. Болезненны, чувствительны и легко ранимы;
16. Чрезмерно обидчивы;
17. Скромны и необщительны;
18. Малоактивны и робки;
19. Безропотно покорны;
20. Стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих;

Обработка результатов и выводы

По нижеуказанной формуле подсчитайте и определите Ваш темперамент

IV. Холерик АХ/А х100% = II. Сангвиник АС/А х 100% = III. Флегматик АФ/А х 100% = Меланхолик АМ/А х 100% = А - общее количество положительных ответов.

АХ - количество положительных ответов по холерическому типу темперамента (I). АС - количество положительных ответов по сангвиническому типу темперамента (II). АФ - количество положительных ответов по флегматическому типу темперамента (III).

АМ - количество положительных ответов по меланхолическому типу темперамента (IV).

При правильном подсчете по формуле сумма процентного соотношения различных темпераментов должна приближаться к 100%.

Выберите два, наиболее преобладающие у Вас типа темперамента (набравшие наибольшее количество процентов) и опишите их жизненные проявления.

- Методика 5. Изучение волевых качеств.

Инструкция: Впишите следующие основные волевые качества: 1) выдержка, 2) инициативность, 1) настойчивость, 4) решительность, 5) самообладание, 6) самостоятельность, 7) смелость, 8) терпеливость, 9) упорство, 10) целеустремленность к их определениям

_____ - однократное длительное противодействие неблагоприятным факторам физиологического характера.

_____ - стремление достичь успеха в деятельности, желаемого или необходимого результата вопреки имеющимся трудностям и неудачам.

_____ - систематическое проявление силы воли при стремлении человека достичь отдаленной по времени цели, несмотря на возникающие препятствия и трудности

_____- устойчивое проявление способности подавлять импульсивные, малообдуманные эмоциональные реакции, сильные влечения, желания, искушения.

_____- способность человека подавлять защитные реакции при возникновении страха, боязни и качественно осуществлять свои намерения в объективно или субъективно опасных для жизни, здоровья и престижа ситуациях.

_____ - минимальное время принятия решения в значимой ситуации, которая может привести к негативным последствиям для субъекта или его окружения.

_____- способность осуществлять какую-либо деятельность без посторонней помощи.

_____ - проявление почина, активности, энергичности, социальной смелости и ответственности в действиях отдельных людей или групп, приводящих к новому движению, изменению форм деятельности или уклада жизни.

_____- сознательное контролирование себя в течение всего процесса деятельности: способность организованно влиять на исполнительные и регуляторные функции, не терять контроля над событиями при трудностях.

_____-- сознательная направленность личности на достижение более или менее отдаленной по времени цели

1. Сверьте правильность вписанных качеств (см. след. Табл.).
2. Впишите в таблицу самооценку качества в баллах по 5 - бальной шкале. Найдите сумму.

5 баллов - качество сформировано внутренне, проявляется вне зависимости от собственного желания.

4 балла - могу проявить данное качество для достижения, поставленной цели. 3 балла - качество проявляется ситуативно, в зависимости от обстоятельств.

2 балла - реализация данного качества вызывает значительные затруднения, проявляется крайне редко, в единичных случаях.

1 балл - как правило, доминирует противоположное качество.

Качество	1.выдержка	2.инициативность	3. настойчивость	4.решительность	5. самообладание	6. самостоятельность	7. смелость	8. терпеливость	9. упорство	10. целеустремленность
Балл										
Занимаемое им место										

Суммарный балл всех оцениваемых качеств =

На основании суммарного балла обоснуйте и оцените общий уровень развития волевых качеств. Исходя из того, что суммарный балл от: 51 до 70 - говорит о высоком уровне развития волевых качеств; 31 до 50 - ситуативное проявление волевых качеств; 10 до 30 - слабая выраженность волевых качеств._____

План развития качества
Пример. Качество. Целеустремленность.

Ближние цели:
1. Повысить словарный запас
а) Ежедневно заучивать три иностранных слова (в трамвае, при поездке в институт и из института домой)
б) Отказаться от излишнего просмотра телевизора в) ... и т.д.
2. Рационально проводить выходные дни а) подъем в .....
б) и т.д.
3. и т.д.
Перспективные цели:
1.Свободно читать и переводить психологические тексты на иностранном языке. 2.Довести скорость чтения и понимания текста на иностранном языке, как на русском (родном).
3. и т.д.
Качество

- Методика 6. Опросник по изучению волевого поведения.

Инструкция испытуемому. Выразите свое согласие или несогласие при ответе на следующие вопросы в баллах:
7 баллов — безусловно да, полностью согласен; 6 баллов — да, согласен;
5 баллов — возможно да, согласен частично;
4 балла — ответ нейтральный (прибегать не более *5* — 6 раз); 3 балла — возможно нет, не согласен частично;
2 балла — нет, не согласен;
1 балл — безусловно, нет, не согласен абсолютно. Соответствующие баллы поставьте слева от номеров вопроса.
Текст вопросника
1. Охотно ли вы беретесь за задания, требующие значительных усилий?
2. Можете ли вы отказаться от заманчивого предложения, зная, что вас ожидают неоконченные дела?
3. Способны ли вы прилюдно признаться в своих ошибках?
4. Всегда ли вы доводите начатое дело до конца?
5. Ответственны ли вы в своих делах и поступках?
6. Всегда ли вы способны удержать, скрыть свои эмоции?
7. Дав слово, всегда ли вы сдерживаете его?
8. Вы любите работу, связанную с преодолением трудностей?
9. Можете ли вы длительное время поддерживать свое внимание, не отвлекаться? 10.Способны ли вы в сложной ситуации принять решение немедленно?
11. Уверенность и спокойствие не покидает вас даже в трудной ситуации? 12. Вы остаетесь настойчивым и решительными при психическом утомлении?
13. Всегда ли вы видите ясно и четко цель вашей работы?
14. Предпочитаете ли вы составлять план и действовать по нему?
15. Способны ли вы продолжать свою работу при негативных взглядах на нее со стороны окружающих?
16. Быстро ли вы справляетесь с отрицательными эмоциями? 17.Можете ли вы «бороться до конца», не смотря на трудности? 18.Можете ли вы удержаться от дурных поступков?
19. Беретесь ли вы за трудную работу, зная, что без посторонней помощи вам будет трудно с. ней справиться?
20. Пытаетесь ли вы найти свой путь в решении проблемы?
21. Можете ли вы долго выполнять скучную и монотонную, но нужную работу?

22. Существует ли у вас активное стремление к преодолению собственных недостатков?
23. Способны ли вы, открыто противопоставить свое мнение мнению окружающих?
24. Можете ли вы себя отнести к отважным людям?
25. Относите ли вы себя к инициативным людям?
26. Ответственно ли вы выполняете поручения?
27. Удается ли вам эффективно регулировать свое настроение?
28. Продолжаете ли вы действовать, если нет приближения к цели?
29. Способны ли вы принять решение и следовать ему, несмотря ни на какие препятствия?
30. Любите ли вы работу, требующую значительных усилий?
31. Доводите ли вы до конца предыдущую работу, если вас ожидает другая, более интересная?
32. Склонны ли вы к быстрым и решительным действиям?
33. Обычно вы легко и свободно говорите в присутствии старших по служебному положению?
34. Для достижения цели вы используете разные приемы, методы, средства?
35. Заглядываете ли вы в конец остросюжетного детектива, повествования, чтобы узнать финал?
36. Можете ли вы в ущерб своим делам отдаться настроению и ничего не делать?
37. Трудно ли утром вам встать рано, если вы знаете, что вам не нужно никуда спешить?
38. Откладываете ли вы на завтра то, что можете сделать сегодня?
39. Часто ли вы отвлекаетесь, когда выполняете задания?
40. Наступает ли у вас в момент утомления состояние отрешенности и безразличия?
41. При неприятностях часто ли вы плачете?
42. Для облегчения делитесь ли вы с кем-то своими бедами и горем?
43. Часто ли вы отвлекаетесь от основной намеченной цели?
44. Часто ли вы в процессе работы отвлекаетесь и занимаетесь посторонними делами?
45. Долго ли вас преследуют неприятные чувства после пережитой неудачи?
46. Несправедливость, допущенная по отношению к вам, надолго выбивает вас из колеи?
47. Бывает ли у вас состояние, когда вы «теряете голову»?
48. Часто ли вы ловите себя на мысли, что решение к вам пришло слишком поздно?
49. Мучают ли вас сомнения после того, когда решение уже принято?
50. Сильно ли вам мешают сосредоточиться посторонний шум и разговоры?
51. Стремитесь ли вы побыстрее поделиться своими радостями и успехами?
52. Пытаетесь ли вы перенять чужие манеры, привычки?
53. При неожиданных трудностях отказываетесь ли вы от цели своей деятельности?
54. Случалось ли вам страдать от своей несдержанности?
55. Пытаетесь ли вы оправдать себя или найти виновных в собственной неудаче?
56. У вас бывают случаи невыполнения того, что вы обещали обязательно сделать?
57. Часто ли от возникшего волнения вы не находите себе места?
58. Случалось, что вы принимали решения слишком поздно?
59. Пытаетесь ли вы оттянуть подольше выполнение не интересных, но нужных дел?
60. Оправдываетесь ли вы перед собой в случае невыполнения задания?
61. Отдаетесь ли вы модному течению, даже если оно вам не по душе?
62. Много ли у вас на сегодня неоконченных дел?

Сумма (прямых и обратных ответов)

Обработка результатов и выводы

Подсчитайте суммарный балл всех ответов с учетом того, что баллы за ответы с 35 по 62 вопросы подсчитываются по обратной шкале (за ответ в 7 баллов присуждается 1 балл, за 6 - 2; за 5 - 3; за 4 - 4; за 3-5; за 2 - 6 и за ответ в 1 балл присваивается 7 баллов. Если у вас получилось:

от 310 до 434 баллов — у вас сильная воля и вы можете справиться с любыми задачами и трудностями.

от 187 до 309 баллов - проявление вашей воли ситуационно, вы не всегда доводите начатое цело до конца;
от 62 до 186 баллов — вам необходима самая серьезная работа над собой, по развитию волевых привычек и навыков.
Обоснуйте полученный результат. Приведите примеры своего волевого и не волевого поведения, борьбы мотивов.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «Характеристика 16-факторного опросника Р. Кеттелла»

Из дополнительной литературы:

Косов Б.Б. Личность: Теория, Диагностика и развитие: Учебно-методическое пособие для высших учебных заведений. – М.: Академический проект, 2000. – (Серия «Gaudeamus»).
Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов н/Д. Издательство «Феникс», 1997 г. –с. 467-474.

- Сообщение «Характеристика опросника К. Леонгарда» Из дополнительной литературы:

Самонов А.П. Психология для пожарных. – Пермь: Звезда, 1999. – с.232-239.

ТЕМА 4. УЧЕТ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ГПС МЧС РОССИИ

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Социально-психологическая и морально-этическая характеристика коллективов подразделений пожарной охраны.
2. Психология малых групп.
3. Организация совместной деятельности и формирование межличностных отношений: межгрупповые отношения и взаимодействия; проблема эффективности групповой деятельности; социокультурная толерантность и ее сущностные характеристики; этика и психология межкультурного взаимодействия.
4. Специфика изучения социально-психологического климата в коллективах подразделений ГПС МЧС России.

Задание на самоподготовку:

3. Изучить конспект лекции.
4. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *группа, коллектив, групповые устремления, традиции, групповое мнение, конформность, сплоченность, межгрупповое взаимоднйствие, групповое давление, социально-психологический климат*.
4. Подготовиться к проверочной работе по теме 4.1

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «Концепция Тернера и Тешфела».
- Сообщение «Черты коллективов пожарной охраны».
- Сообщение «Традиции коллективов пожарной охраны».
- Сообщение «Духовно-нравственные основы формирования коллективов пожарной охраны».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.4

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Общение как социально-психологический процесс.
2. Классификация средств и видов общения.
3. Этика и психология профессионального общения. Виды служебных коммуникаций.
4. Учет эффектов межличностного восприятия и нормативно-этических принципов в организации делового общения сотрудников.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *общение, средства общения, эффекты межличностного восприятия, деловое общение, барьеры общения, техники общения, механизм обратной связи.*
4. Подготовиться к проверочной работе по теме 4.3

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Этика и психология социальных, этнических, конфессиональных и культурных различий участников делового общения.*».
- Сообщение «*Деловой этикет и принципы делового общения в профессиональной деятельности сотрудника ГПС МЧС России*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.5

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Психология конфликта.
2. Структура конфликтной ситуации. Динамика развитие конфликта.
3. Стратегии поведения сотрудников подразделений ГПС МЧС России в конфликтных ситуациях. Способы и приемы воздействия на поведение оппонента.
4. Технологии предупреждения и разрешения конфликтов в подразделениях.

Задание на самоподготовку:

3. Изучить конспект лекции.
4. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *конфликт, стратегия конфликтной ситуации, образы конфликтной ситуации, моральный конфликт*
4. Подготовиться к проверочной работе по теме 4.5
5. Выполнить лабораторный практикум и составить отчетную справку/ вывод.

Задание для выполнения: Тест Томаса – Килмана на определение ведущего типа поведения в конфликтных ситуациях

Инструкция: Подумайте о ситуациях, в которых Ваши желания отличаются от желаний другого человека. Как Вы обычно ведете себя в таких ситуациях? Ниже приведены 30 пар высказываний, описывающих варианты возможного поведения в конфликтных ситуациях. В каждой паре необходимо выбрать вариант А или В, более характерный для Вашего поведения. Во многих

случаях оба из предложенных вариантов могут оказаться для Вас нетипичными. Если это так, то выберите тот, которым бы Вы воспользовались с большей вероятностью.

Опросник:

1. **.А.** Иногда я предоставляю право решать проблему другим.
   В. Я стараюсь подчеркнуть общее в наших позициях, а не обсуждать спорные моменты.
2. **А.** Я пытаюсь найти компромиссное решение.
   В. Я пытаюсь учесть все интересы: свои и оппонента.
3. **А.** Обычно я твердо стою на своем.
   В. Иногда я могу утешать других и пытаться сохранить с ними отношения.
4. **А**. Я пытаюсь найти компромиссное решение.
   В. Иногда я жертвую собственными интересами ради интересов противоположной стороны.
5. **А.** При выработке решения ищу помощи со стороны других.
   В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.
6. **А.** Я пытаюсь не создавать себе репутацию неприятного человека.
   В. Я пытаюсь навязать другим свою позицию.
7. **А.** Я пытаюсь отложить решение вопроса, чтобы иметь время тщательно его обдумать.
   В. Я жертвую одними выгодами, чтобы получить взамен другие.
8. **А.** Обычно я твердо настаиваю на своем.
   В. Я пытаюсь сразу же открыто обсудить все интересы и спорные вопросы.
9. **А.** Я чувствую, что различия в позициях не всегда стоят того, чтобы о них беспокоиться.
   В. Я прилагаю некоторые усилия, чтобы повернуть дело на свой лад.
10. **А.** Я твердо настаиваю на своем.
    В. Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11. **А.** Я пытаюсь сразу же открыто обсудить все интересы и спорные вопросы.
    В. Иногда я могу утешать других и пытаться сохранить с ними отношения.
12. **А.** Иногда я избегаю занимать позицию, ведущую к конфронтации.
    В. Я готов кое в чем уступить оппоненту, если он тоже мне уступит.
13. **А.** Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».
    В. Я настаиваю на принятии моих условий.
14. **А.** Я излагаю оппоненту мои соображения и интересуюсь его идеями.
    В. Я пытаюсь продемонстрировать оппоненту логичность и выгоду принятия моих условий.
15. **А.** Иногда я могу утешать других и пытаться сохранить с ними отношения.
    В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.
16. **А.** Я стараюсь щадить чувства других.
    В. Я пытаюсь убедить оппонента в выгодности принятия моих условий.
17. **А.** Обычно я твердо настаиваю на своем.
    В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.
18. **А.** Я позволяю оппоненту придерживаться своего мнения, если ему от этого лучше.
    В. Я согласен кое в чем уступить оппоненту, если он тоже кое в чем мне уступит.
19. **А.** Я пытаюсь сразу же, открыто, обсудить все интересы и спорные вопросы.
    В. Я пытаюсь отложить принятие решения, чтобы иметь время тщательно его обдумать.
20. **А.** Я пытаюсь сразу же обсудить противоречия.
    В. Я пытаюсь найти справедливое сочетание из выгод и уступок для каждого из нас.
21. **А.** При подготовке к переговорам я стараюсь учитывать интересы оппонента.
    В. Я больше склонен к непосредственному и открытому обсуждению проблемы.
22. **А.** Я стараюсь найти позицию, находящуюся между позицией оппонента и моей.
    В. Я настаиваю на своих интересах.
23. **А.** Очень часто я стараюсь удовлетворить все интересы, свои и оппонента.
    В. Иногда я предоставляю право решать проблему другим.

24. **А.** Я стараюсь пойти навстречу оппоненту, если его условия слишком для него много значат.

В. Я пытаюсь склонить оппонента к компромиссу.

25. **А**. Я пытаюсь продемонстрировать оппоненту логичность и выгоду принятия моих условий.

В. При подготовке к переговорам я пытаюсь учитывать интересы оппонента.

26. **А.** Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я почти всегда пытаюсь удовлетворить все пожелания, как свои, так и оппонента.

27. **А.** Иногда я избегаю занимать позицию, ведущую к конфронтации.

В. Я позволяю оппоненту придерживаться своего мнения, если ему от этого лучше.

28. **А.** Обычно я твердо стою на своем.

В. При выработке решения я постоянно ищу помощи со стороны других.

29. **А.** Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я чувствую, что различия в позициях не всегда стоят того, чтобы о них беспокоиться.

30. **А.** Я стараюсь щадить чувства других.

В. Я всегда стараюсь найти решение проблемы совместно с оппонентом.

Подсчет баллов для определения стиля поведения в ситуации конфликта по методу Томаса-Килмана

№ п/п	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.				А	Б
28.	А	Б			
29.			А	Б	
30.		Б			А
Итог					

Обработка результатов: Подсчитайте количество букв, обведенных в каждой колонке, и укажите полученную цифру в строке **«Итог»**. Теперь Вы видите, сколько баллов Вы набрали по каждой стратегии. Максимальное количество баллов указывает, какой стиль поведения характерен для тестируемого в ситуации конфликта.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Конфликты в различных сферах человеческого взаимодействия*».
- Сообщение «*Моральные конфликты*».
- Сообщение «*Особенности конфликтов в повседневной деятельности*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.6

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Управленческая деятельность: понятие, функции, психологическая структура.
2. Психологические основы управления коллективами подразделений ГПС МЧС России: стили, формы и методы управления.
3. Управленческая компетентность руководителей подразделений ГПС МЧС России.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *управление, управленческая компетентность, руководство и лидерство*
4. Подготовиться к проверочной работе по теме 4.6
5. Выполнить лабораторный практикум и составить отчетную справку/ вывод.

Задание для выполнения: Тест на определение ведущего стиля руководства

Инструкция: Просим вас оценить типичное поведение оцениваемого руководителя в 27 заданных ситуациях. В каждом случае вы должны выбрать один из трех вариантов поведения, свойственного данному лицу, и зафиксировать его в бланке ответов. Для этого обведите в бланке ответов букву, соответствующую варианту ответа, по каждому ответу.

Тестовое задание

1. Руководитель:

а) централизует руководство, требует, чтобы обо всем сразу докладывали именно ему;
б) пассивен, можно сказать, что плывет по течению;
в) четко распределяет функции между собой, своими заместителями и подчиненными.

2. Руководитель:
а) в критических ситуациях, как правило, переходит на более жесткие методы руководства;
б) сталкиваясь с трудностями, начинает более тесно взаимодействовать с подчиненными;
в) в критических ситуациях плохо справляется с руководством коллективом.

3. Руководитель:
а) регулярно общается с подчиненными, говорит о положении дел в коллективе, о возможных трудностях;
б) умеет общаться, но ограничивает общение с подчиненными, держится на расстоянии от них;
в) старается общаться с подчиненными, но при этом испытывает трудности в общении.

4. Руководитель:
а) когда он отсутствует, члены группы работают хуже;
б) если даже временно покидает коллектив, то люди не снижают продуктивности;
в) такой, что члены коллектива работают при нем не в полную силу, при другом руководителе могли бы сделать больше.

5. Руководитель:
а) на критику обычно не обижается, прислушивается к ней;
б) критику выслушивает, обещает принять меры, но ничего не делает;
в) не любит, когда его критикуют, и не скрывает этого.

6. Руководитель:
а) сам обращается за советом к подчиненным;
б) не допускает, чтобы подчиненные ему советовали, а тем более возражали;
в) такой, что подчиненные не только советуют, но и дают ему указания.

7. Руководитель:
а) контролирует работу от случая к случаю;
б) всегда очень строго контролирует работу подчиненных и коллектива в целом;
в) контролируя работу, всегда заметит положительные результаты, похвалит тех, кто этого заслуживает.

8. Руководитель:
а) интересуется только выполнением намеченного плана, и ему безразлично, как при этом люди относятся друг к другу;
б) решая повседневные задачи, старается создать и поддержать доверительные отношения между людьми в коллективе;
в) в эффективной работе особенно не заинтересован, подходит к работе формально.

9. Руководитель:
а) приказывает так, что хочется выполнить задание;
б) приказывать не умеет, его приказы не имеют требуемой силы;
в) обращается с просьбой, а получается приказ.

10. Руководитель:
а) сам решает даже те вопросы, с которыми не совсем хорошо знаком;
б) если что-либо не знает, то не боится показать это и обращается за помощью к другим членам коллектива;
в) если не знает, как решить вопрос, чаще всего все пускает на самотек.

11. Руководитель:
а) такой, что складывается впечатление, будто он боится много брать на себя;
б) ответственность распределяет между собой и членами коллектива;
в) концентрирует ответственность в своих руках.

12. Руководитель:
а) хочет, чтобы его помощники были яркими и интересными людьми;
б) добивается, чтобы помощники подчинялись ему во всем безотказно;
в) такой, что ему все равно, кто у него помощник.

13. Руководитель:
а) такой, что все довольны, когда он отсутствует, чувствуют некоторое облегчение;
б) такой, что с ним работать интересно, все с радостью ждут его возвращения;
в) такой, что отсутствие его не замечается, члены коллектива к нему почти безразличны.

14. Руководитель:
а) такой, что для выполнения работы ему нередко приходится уговаривать членов коллектива;
б) никогда не просит, всегда настаивает, приказывает, распоряжается;
в) часто обращается к подчиненным с поручением, советом, просьбой.

15. Руководитель:
а) всегда доброжелателен к подчиненным;
б) по отношению к подчиненным может быть нетактичным и грубым;
в) характер обращения с подчиненными бывает разным, часто меняется.

16. Руководитель:
а) привлекает к управлению рядовых членов коллектива;
б) нередко перекладывает свои функции на других;
в) создает обстановку, когда управленческие функции фактически принимают на себя другие члены коллектива.

17. Руководитель:
а) не влияет на дисциплину, она определяется другими;
б) умеет поддерживать дисциплину и порядок;
в) такой, что дисциплина всегда неплохая, так как все его боятся.

18. Руководитель:
а) общается только по сугубо деловым вопросам;
б) разговаривая с подчиненными о делах, спросит и о личном;
в) такой, что нередко трудно понять, чего он хочет.

19. Руководитель:
а) единолично принимает решения или отменяет их;
б) старается уйти от выполнения сложного и хлопотливого дела;
в) старается решать дела с подчиненными, единолично принимает решения лишь в срочных случаях.

20. Руководитель:
а) руководит так, что в его коллективе недостаточно развиты взаимопомощь и взаимное доверие;
б) старается, чтобы у подчиненных на работе было хорошее настроение;
в) способствует текучести кадров в коллективе, люди уходят и не жалеют об этом.

21. Руководитель:
а) способствует тому, чтобы подчиненные самостоятельно принимали решения;
б) иногда навязывает свое мнение, а говорит, что это мнение большинства;
в) создал такую обстановку, что исполнители предоставлены сами себе.

22. Руководитель:
а) всегда советуется со всеми, особенно с опытными работниками;
б) советуется только с вышестоящими руководителями;
в) советуется с коллективом изредка.

23. Руководитель:
а) инициативу подчиненных не поощряет;
б) инициативу подчиненных поддерживает;
в) обычно ждет подталкивания со стороны.

24. Руководитель:
а) использует любимый лозунг «Давай-давай!»;
б) требователен, но справедлив;
в) пожалуй, весьма не требовательный человек.

25. Руководитель:
а) предпочитает следовать уже отработанным нормам, требованиям;
б) охотно поддерживает целесообразные нововведения;
в) нововведения чаще всего пропускает мимо себя.

26. Руководитель:
а) в своей работе широко опирается на общественные организации;
б) создал обстановку, когда некоторые важные дела общественной жизни коллектива чаще всего решаются без него;
в) не очень считается с общественными организациями.

27. Руководитель:
а) таков, что ему безразлично, что о нем думают подчиненные;
б) никогда не проявляет своего превосходства над членами коллектива;
в) считает себя незаменимым в коллективе.

Ключ к тесту: опросник экспертной диагностики стиля управления предназначен для изучения трех классических стилей руководства:

- демократического (Д);
- авторитарного (А);
- либерально-попустительского (Л).

Их проявление определяется с помощью экспертной оценки деятельностного поведения реального или потенциального руководителя в 27 заданных ситуациях.

Найдите в таблице варианты ответов и подсчитайте количество соответствующих ответу букв А, Л и Д.

Группа утверждений	**Утверждение**			**Группа утверждений**	**Утверждение**		
	а	**б**	**в**		**а**	**б**	**в**
1	А	Л	Д	15	Д	А	Л
2	А	Д	Л	16	Д	А	Л
3	Д	А	Л	17	Л	Д	А
4	А	Д	Л	18	А	Д	Л
5	Д	Л	А	19	А	Л	Д
6	Д	А	Л	20	А	Д	Л
7	Л	А	Д	21	Д	А	Л
8	А	Д	Л	22	Д	Л	А
9	Д	Л	А	23	А	Д	Л
10	А	Д	Л	24	А	Д	Л
11	Д	Л	А	25	А	Д	Л
12	Д	А	Л	26	Д	Л	А
13	А	Д	Л	27	Л	Д	А
14	Л	А	Д				

Интерпретация результата: в зависимости от количества букв в ответе определите ведущий стиль управления руководителя.

Критерии	**Стили управления**		
	Авторитарный	**Демократический**	**Попустительский**
Постановка цели	Цели ставит руководитель	Цели – результат группового решения при поддержке руководителя	Полная свобода для принятия индивидуальных и групповых решений, участие руководителя минимально
Распределение заданий	Все задания дает руководитель, причем	Устанавливается определенный порядок распределения работ.	Руководитель предоставляет необходимые материалы по

Критерии	Стили управления		
	Авторитарный	**Демократический**	**Попустительский**
	сотрудник знает, какое задание он получит в следующий раз	В зависимости от пожеланий сотрудника руководитель может давать советы и предлагать другое задание	просьбе сотрудника
Оценка работ	Руководитель лично награждает и наказывает сотрудников	Руководитель стремится использовать объективные критерии критики и похвалы, пытается непосредственно участвовать в работе сотрудника (группы)	Руководитель дает отдельные спонтанные комментарии, регулирование и оценка работы отсутствуют
Трудовая атмосфера	Высокая напряженность, порой враждебность	Свободная, дружеская атмосфера	Атмосфера произвола отдельных сотрудников
Групповая сплоченность	Покорное, беспрекословное подчинение	Высокая групповая сплоченность, низкая текучесть	Низкая групповая сплоченность
Интерес к выполненным заданиям	Низкий	Высокий	Низкий
Интенсивность (качество) работы	Высокая	Высокая интенсивность и качество выполняемой работы	Средняя
Готовность к работе	При отсутствии руководителей работа не выполняется или выполняется без инициативы	При отсутствии руководителя работа продолжается в таком же высоком ритме	При отсутствии руководителей работа выполняется в таком же невысоком ритме
Мотивация труда	Минимальная	Высокая	Минимальная

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Психологические особенности руководства в повседневной деятельности и нестандартных ситуациях*».
- Сообщение «*Психология принятия управленческих решений в кризисных ситуациях*».
- Сообщение «*Управление коллективом в повседневной работе и в условиях ЧС*».
- Сообщение «*Нравственная культура офицера МЧС России*».
- Сообщение «*Социальная и этическая ответственность руководителя за принятые решения*».
- Сообщение «*Психологические типы руководителей*».

РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СОТРУДНИКА ГПС МЧС РОССИИ

ТЕМА 5. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ГПС МЧС РОССИИ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Образование как социокультурный феномен и педагогический процесс.
2. Сущность профессионального образования. Особенности профессионального образования и тенденции его развития.
3. Цели, содержание, структура непрерывного образования, единство образования и самообразования.
4. Задачи и тенденции развития педагогической науки и практики на современном этапе: гуманизация, гуманитаризация, экологизация, демократизация, информатизация.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *образование, образовательная система, непрерывное образование, самообразование, тенденции образования: гуманизация, гуманитаризация, экологизация, демократизация, информатизация.*
4. Составить таблицу по теме «Реализация современных тенденций развития педагогической науки и практики в практике профессионального образования»

Тенденции развития педагогической науки и практики	Особенности реализации в практике профессионального образования

5. Из Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023). «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023) выписать принципы образовательной политики и уровни образования в Российской Федерации. Документ предоставлен Консультант Плюс www.consultant.ru.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Образовательная система Российской Федерации*».
- Сообщение «*Образовательные системы разных стран*».
- Сообщение «*Роль профессионального образования в подготовке сотрудников ГПС МЧС России*».
- Сообщение «*Образовательная система МЧС*».
- Сообщение «*Федеральные государственные образовательные стандарты 20.05.01, 20.03.01*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Профессиональная подготовка как педагогический процесс.
2. Педагогическая культура и профессиональная этика руководителя подразделения ГПС МЧС России: уровни и функции педагогической культуры офицера.
3. Роль психолого-педагогических знаний в профессиональной деятельности будущих специалистов ГПС МЧС России.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *педагогический процесс, педагогическая культура офицера, педагогическая компетентность, психолого-педагогическая готовность специалиста ГПС МЧС России.*
4. Подготовиться к проверочной работе по теме 5
5. Перечень нормативных источников для изучения обучающимися:

- Федеральный закон РФ от 29.12. 2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: /http:// www.garant.ru

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Специфика профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России*».
- Сообщение «*Психолого-педагогическая готовность специалиста ГПС МЧС России*».
- Сообщение «*Роль педагогической компетентности в формировании личности сотрудника ГПС МЧС РФ*».

ТЕМА 6. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ И ОЦЕНКИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ В ОБЛАСТИ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 6.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Основы дидактики и задачи обучения личного состава подразделений ГПС МЧС России.
2. Профессиональное обучение как педагогический процесс.
3. Функции и принципы обучения.
4. Методы обучения.
5. Формы организации учебно-профессиональной деятельности.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *педагогический процесс, методы обучения, формы обучения, принципы обучения.*

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 6.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Особенности применения классических и передовых педагогических технологий в процессе профессионального обучения сотрудников ГПС МЧС России.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс:*

https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся).

3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *педагогическая технология, педагогическая культура офицера, педагогическая компетентность, психолого-педагогическая готовность специалиста ГПС МЧС России.*

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Специфика профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России*».
- Сообщение «*Психолого-педагогическая готовность специалиста ГПС МЧС России*».
- Сообщение «*Роль педагогической компетентности в формировании личности сотрудника ГПС МЧС РФ*».
- Сообщение «*Педагогические технологии в процессе профессионального обучения сотрудников ГПС МЧС России*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 6.4

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Специфика форм и средств обучения в системе профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России.
2. Реализация принципов педагогического общения в организации образовательной среды: вежливость, корректность, скромность, точность, внешний вид, культура речи.
3. Алгоритм проектирования занятия в системе подготовки личного состава

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *педагогическое общение, средства обучения, образовательная среда, методическая разработка*.
4. Подготовка методической разработки занятия.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 6.5

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Психолого-педагогическая оценка деятельности по организации обучения в области пожарной безопасности.
2. Составление учебно-методических документов в соответствии с требованиями нормативных документов.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *педагогическая деятельность*.
4. Подготовиться к проверочной работе по теме 6

5. Оформление методической разработки занятия.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Педагогическая диагностика*».
- Сообщение «*Педагогический контроль*».
- Сообщение «*Педагогическое наблюдение*».
- Сообщение «*Педагогическая экспертиза*».

ТЕМА 7. ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПОДРАЗДЕЛЕНИЯХ ГПС МЧС РОССИИ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 7.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Сущность, задачи и принципы процесса воспитания.
2. Профессиональная этика как методологическая основа нравственного воспитания личного состава МЧС России: роль научного этического мировоззрения в формировании нравственной культуры личности, создании предпосылок нравственного самовоспитания.
3. Стили и типы педагогического воздействия.
4. Сущность и задачи самовоспитания.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Разработать и записать схему: «Основные требования, предъявляемые к нравственной культуре сотрудников ГПС МЧС России» (включая следующие требования: *отношение к человеку как к высшей ценности, уважение и защита его прав и свобод, строгое соблюдение законности, понимание социальной значимости своей роли в обществе, ответственности за принимаемые решения, необходимость совершенствования профессиональных знаний, умений и навыков, личная дисциплинированность, безупречное личное поведение на службе и в быту*).
4. Выписать и выучить основные понятия и категории: *воспитание как педагогический процесс, принципы воспитания, самовоспитание.*
5. Подготовиться к проверочной работе по теме 7

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Роль воспитательной работы в формировании личности сотрудника ГПС МЧС России*».
- Сообщение «*Структура нравственной культуры (нравственное сознание, нравственные потребности, нравственные чувства, нравственные отношения.*».
- Сообщение «*Основные требования, предъявляемые к нравственной культуре сотрудников ГПС МЧС России*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 7.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Цели и методы воспитательной работы, критерии ее оценки.
2. Направления воспитательной работы.
3. Сущность, задачи, средства и методы индивидуально-воспитательной работы.
4. Система нравственного воспитания в подразделениях МЧС России.
5. Требования к нравственному облику сотрудников ГПС МЧС России в нормативных документах МЧС России.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Выписать и выучить основные понятия и категории: *методы воспитания, средства воспитания, индивидуально-воспитательная работа, нравственное воспитание.*
4. Согласно приказу МЧС России от 04.12.2024 г. № 1084 «Об организации политической и воспитательной работы в системе МЧС России», составить таблицу по теме «Направления воспитательной работы»

Направления воспитательной работы	Задачи

5. Разработать и записать схему: «Субъекты, объекты, задачи, формы и средства патриотического воспитания в подразделениях ГПС МЧС России»
6. Подготовить методическую разработку воспитательного мероприятия (например, профориентационной или профилактической беседы, соревнования, игры со школьниками, просветительского информирования с личным составом)
7. Перечень нормативных источников для изучения обучающимися:

1. Кодекс чести сотрудника системы Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий. Приказ №136 от 06.03.2006 Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий, г. Москва.
2. Приказ МЧС РФ от 07.07.2011 № 354 «Об утверждении Кодекса этики и служебного поведения государственных служащих Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: /http:// www.garant.ru
3. Приказ МЧС России от 04.12 2024 № 1084 «Об организации политической и воспитательной работы в системе МЧС России»

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Роль государственно-патриотического воспитания в организации работы с личным составом*».
- Сообщение «*Роль руководителей в нравственном воспитании личного состава*».
- Сообщение «*Значение нравственного воспитания сотрудников в решении служебных задач*».
- Сообщение «*Нравственные основы семейно-брачных отношений*».
- Сообщение «*Нравственное самовоспитание сотрудников*».

РАЗДЕЛ 4. СОЦИАЛЬНО ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КУЛЬТУРЫ БЕЗОПАСНОСТИ РИСКО-ОРИЕНТИРОВАННОГО МЫШЛЕНИЯ

ТЕМА 8. ПРИРОДА ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ЛИЧНОСТИ

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 8.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Понятие экстремального состояния. *Основные параметры психических состояний. Особенности параметров экстремальных психических состояний.*
2. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника.
3. Динамика развития экстремальных состояний.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *чрезвычайная ситуация, экстремальная ситуация, кризисная ситуация, экстремальное состояние, эмоционально-волевая устойчивость, функциональное состояние, работоспособность, продуктивность, утомление, монотония, фрустрация, тревога, тревожность, аффект.*
5. Выполните следующие задания:

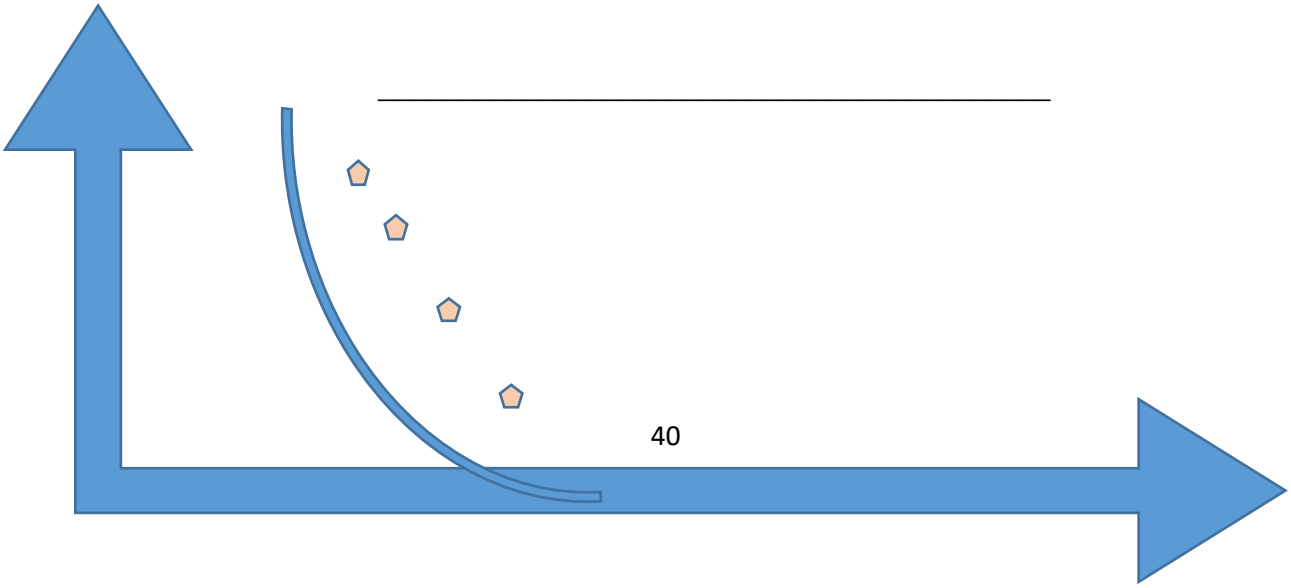
Задание 1.

Заполните таблицу «Сущность чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуаций»

Виды ситуаций	**Характеристики**
Чрезвычайные ситуации	
Экстремальные ситуации	
Кризисные ситуаций	

Задание 2.

Выделяют четыре стиля реагирования пострадавших в чрезвычайных ситуациях: конструктивный, капитулятивный, волевой, рефлексивный. Определите наиболее оптимальный стиль реагирования. Ориентируясь на предложенный график, распределите стили по уровню экономичности психологических ресурсов. Обоснуйте свой выбор.



Стили

Затраты психологических ресурсов

Задание 3.
Выделяют внешние и внутренние факторы, определяющие восприятие ситуации как экстремальной. Приведите примеры каждой группы факторов, которые могут повлиять на восприятие ребенка в подобных ситуациях.

Внешние - характеристики ситуации, в которой находится ребенок.	Внутренние - демографические и личностные характеристики ребенка, испытывающего воздействие экстремальных условий

Задание 4.
Сформулируйте составляющие психологической компетентности современного пожарного-спасателя при выполнении профессиональных задач в условиях экстремальной ситуации.

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

Задание 5.
Опираясь на параграф 2.2 указанного источника 3, подготовить таблицу; «Сравнительная характеристика ситуативной и личностной тревожности»

Параметры	**Личностная тревожность**		**Ситуативная тревожность**	
Сфера проявления				
Характеристики				
Причины				
Факторы				
Результат	**Конструктивный**	**Деструктивный**	**Конструктивный**	**Деструктивный**

6. Выполнить лабораторный практикум и составить отчетную справку/ вывод.
Задание для выполнения:
6.1. Тест Спилбергера диагностики ситуативной и личностной тревожности

Инструкция к тесту 1: Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в ДАННЫЙ МОМЕНТ. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет. Обычно первый ответ, который приходит в голову, является наиболее правильным, адекватным Вашему состоянию.

Бланк 1. Шкала ситуативной тревожности (СТ)

№	Суждение	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я внутренне скован	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности, напряжённости	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбуждён, и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

Инструкция к тесту 2: Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не думайте, поскольку правильных или неправильных ответов нет

Бланк 2. Шкала личностной тревожности (ЛТ)

№	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
1	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
2	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
3	Я легко могу расстроиться	1	2	3	4
4	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
5	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
6	Я чувствую прилив сил, желание работать	1	2	3	4
7	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
9	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
11	Я всё принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
12	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4

13	Я чувствую себя беззащитным	1	2	3	4
14	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15	У меня бывает хандра	1	2	3	4
16	Я бываю доволен	1	2	3	4
17	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
18	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
19	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
20	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Ключ

Ситуативная тревожность					**Личностная тревожность**				
СТ	**Ответы**				**ЛТ**	**Ответы**			
№	**1**	**2**	**3**	**4**	**№**	**1**	**2**	**3**	**4**
1	4	3	2	1	**1**	4	3	2	1
2	4	3	2	1	**2**	1	2	3	4
3	1	2	3	4	**3**	1	2	3	4
4	1	2	3	4	**4**	1	2	3	4
5	4	3	2	1	**5**	1	2	3	4
6	1	2	3	4	**6**	4	3	2	1
7	1	2	3	4	**7**	4	3	2	1
8	4	3	2	1	**8**	1	2	3	4
9	1	2	3	4	**9**	1	2	3	4
10	4	3	2	1	**10**	4	3	2	1
11	4	3	2	1	**11**	1	2	3	4
12	1	2	3	4	**12**	1	2	3	4
13	1	2	3	4	**13**	1	2	3	4
14	1	2	3	4	**14**	1	2	3	4
15	4	3	2	1	**15**	1	2	3	4
16	4	3	2	1	**16**	4	3	2	1
17	1	2	3	4	**17**	1	2	3	4
18	1	2	3	4	**18**	1	2	3	4
19	4	3	2	1	**19**	4	3	2	1
20	4	3	2	1	**20**	1	2	3	4

Интерпретация результатов

При анализе результатов надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из подшкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом, чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной).

При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности:

- до 30 баллов – низкая,
- 31 – 44 балла – умеренная;
- 45 и более - высокая.

6.2. Тест Г. Айзенка диагностики самооценки психических состояний

Методика предназначена для диагностики таких психических состояний, как: **тревожность**, **фрустрация**, **агрессивность**, **ригидность**.

Инструкция к тесту: Предлагаем вам описание различных психических состоянии. Если вам это состояние часто присуще, поставьте 2 балла; если это состояние бывает, но изредка, поставьте 1 балл, если совсем не бывает – 0 баллов.

Тестовый материал

1. Не чувствую в себе уверенности.
2. Часто из-за пустяков краснею.
3. Мой сон беспокоен.
4. Легко впадаю в уныние.
5. Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях.
6. Меня пугают трудности.
7. Люблю копаться в своих недостатках.
8. Меня легко убедить.
9. Я мнительный.
10. Я с трудом переношу время ожидания.
11. Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых все-таки можно найти выход.
12. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.
13. При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.
14. Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
15. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.
16. Я нередко чувствую себя беззащитным.
17. Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
18. Я чувствую растерянность перед трудностями.
19. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы пожалели.
20. Считаю недостатки своего характера неисправимыми.
21. Оставляю за собой последнее слово.
22. Нередко в разговоре перебиваю собеседника.
23. Меня легко рассердить.
24. Люблю делать замечания другим.
25. Хочу быть авторитетом для других.
26. Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.
27. Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
28. Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
29. У меня резкая, грубоватая жестикуляция.
30. Я мстителен.
31. Мне трудно менять привычки.
32. Нелегко переключать внимание.
33. Очень настороженно отношусь ко всему новому.
34. Меня трудно переубедить.
35. Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.
36. Нелегко сближаюсь с людьми.
37. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
38. Нередко я проявляю упрямство.
39. Неохотно иду на риск.
40. Трудно переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

Обработка результатов теста: Подсчитайте сумму баллов за каждую группу вопросов:

- **I**. Вопросы №1-10 – тревожность;
- **II**. Вопросы №11-20 – фрустрация;
- **III**. Вопросы №21-30 – агрессивность;
- **IV**. Вопросы №31-40 – ригидность.

Интерпретация результатов теста

I. **Тревожность**:

- 0-7 баллов – тревожность отсутствует;
- 8-14 баллов – тревожность средняя, допустимого уровня;
- 15-20 баллов – высокая тревожность.

II. **Фрустрация**:

- 0-7 баллов – имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей;
- 8-14 баллов – средний уровень, фрустрация имеет место;
- 15-20 баллов – у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

III. **Агрессивность**:

- 0-7 баллов – вы спокойны, выдержаны;
- 8-14 баллов – средний уровень агрессивности;
- 15-20 баллов – вы агрессивны, не выдержаны, есть трудности при общении и работе с людьми.

IV. **Ригидность**:

- 0-7 баллов – ригидности нет, легкая переключаемость;
- 8-14 баллов – средний уровень;
- 15-20 баллов – сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Понятие и виды страха*».
- Сообщение «*Понятие и формы аффекта. Последствия аффективных состояний*».
- Сообщение «*Понятие и виды паники. Механизм развития паники.*».
- Сообщение «Фрустрация и конфликт как составляющие экстремального состояния».

ТЕМА 9. СТРЕСС КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 9.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Понятие стресса в психологии и физиологии.
2. Профессиональный стресс.
3. Динамика развития экстремальных состояний.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *стресс, накопленный стресс, профессиональный стресс.*
5. Опираясь на параграф 2 указанного источника 3 подготовить таблицы

1) Теории стресса

№	Автор теории	Название теории	Как трактуют понятие стресса	Основные тезисы теории
1				

2) Виды стресса. Стадии развития стресса и их характеристики.

№	Вид стресса	Характеристика	Какое влияние оказывает на человека

3) Стадии развития стресса и их характеристики (по Г.Селье)

№	Фаза стресса	Характеристика	Какое влияние оказывает на человека
1			

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Теории стресса*».
- Сообщение «*Субсиндромы стресса, вызванного экстремальной ситуацией*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 9.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Стрессогенные факторы, воздействующие на сотрудников МЧС при работе в чрезвычайной ситуации и в повседневной деятельности.
2. Дезадаптивные психические состояния в профессиональной деятельности сотрудника МЧС.
3. Основные стратегии поведения сотрудников МЧС России, находящихся в стрессовых ситуациях.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *стресс, накопленный стресс, профессиональный стресс, копинг-стратегии совладающего поведения, психологические защиты.*

5. Выполнить следующие задания

Задание 1.

Кейс-задание 1.

Рассмотрим следующую схему реагирования в ситуации напряженности

Ситуация	***Интерпретация***
Начальник вызвал к себе на разговор →	*Активизирующее событие*
Вы подумали: «Скорее всего, я снова сделал что-то не так…» →	*Мысль – реакция на событие*
Вы начали испытывать беспокойство, →	*Эмоция/чувство – последствие той*

волнение, тревогу	*мысли, которая возникла в ответ на ситуацию, её отражение*
Вы начали активно просматривать задачи, которые выполняли за последние дни, и искать допущенную ошибку →	*Поведение – последствие той же мысли, ведь вы начинаете как-то реагировать на то событие, которое случилось, и на те мысли, которые возникли*

Необходимо понимать, что одно и то же ***активизирующее событие*** *может вызывать разные мысли, чувства и формы поведения – вы могли подумать и о том, что наконец-то вам представилась возможность лично пообщаться и обсудить важные вопросы, поэтому вы испытали* ***радость*** *от предстоящей встречи и с удовольствием на неё пошли.* Понимая механизм возникновения реакций на ситуацию, нам проще научиться управлять своим поведением.

Задача:

1. Вспомните и опишите ситуацию напряженности, которая вызвала у вас симптоматику экстремального состояния. Это может быть как негативное событие, так и позитивное, требующее от вас большой отдачи.

Ситуация	***Интерпретация***
→	*Активизирующее событие*
Вы подумали: «_____...» →	*Мысль – реакция на событие*
Вы начали испытывать _____ →	*Эмоция/чувство – последствие той мысли, которая возникла в ответ на ситуацию, её отражение*
Какие действия Вы предприняли →	*Поведение – последствие той же мысли, ведь вы начинаете как-то реагировать на то событие, которое случилось, и на те мысли, которые возникли*

2. В чем проявились субсиндромы стресса?

Субсиндромы стресса	***Как проявляются в ситуации***
Когнитивный субсиндром →	
Эмоционально-поведенческий субсиндром →	
Социально-психологический субсиндром →	
Вегетативный субсиндром →	

3. Любая экстремальная ситуация вызывает одну из следующих форм реагирования: импульсивный тип дезадаптивного поведения, пассивный (тормозной) тип дезадаптивного поведения, адаптивный тип поведения.

Определите, какой тип реагирования проявился в вашем случае?

К какому виду специфических состояний вы отнесёте свою реакцию: аффекту, фрустрации, страху, панике или психологическому кризису? Обоснуйте свой ответ.

4. Чтобы понять, как вы реагируете на стрессовое событие, и что происходит с вашим организмом и эмоциональным состоянием, попробуем выполнить следующее

упражнение: опишите какие изменения в вашем состоянии проявились в данной ситуации?

Стрессовая ситуация	Изменения в физическом состоянии	Изменения в эмоциональном состоянии	Изменения в поведении
Например: Опоздание на самолет	*Усиление пульса, головная боль*	*Сначала сильная тревога, затем – негодование и злость*	*Суетился, не зная, что делать, затем принял решение поменять билет*

Задание 2.

В качестве рекомендации, предлагаем вам пройти тест на определение типа реагирования в стрессовой ситуации.

Данная методика предложена Э. Хаймом и предназначена для определения вашего стиля борьбы со стрессом. Отвечая на вопросы теста, вы узнаете ваш обычный тип поведения в сложной жизненной ситуации, а также познакомитесь с новыми, возможно более эффективными вариантами выхода из сложных ситуаций.

Методика позволяет исследовать 26 ситуационно-специфических типов поведения, в сложных ситуациях. Эти типы распределены в соответствии с тремя основными сферами психической деятельности на когнитивный (переосмысливание, анализ случившегося и т.д.), эмоциональный и поведенческий субсиндромы.

Инструкция:

Вам будет предложен ряд утверждений (всего 26 вопросов, поделенных на три блока), касающихся особенностей вашего поведения. Постарайтесь вспомнить, каким образом вы чаще всего решаете проблемы. Обведите кружком, пожалуйста, тот номер, который вам подходит. В каждом блоке утверждений необходимо выбрать только один вариант, при помощи которого вы разрешаете свои трудности.

Отвечайте, пожалуйста, в соответствии с тем, как вы справляетесь с трудными ситуациями на протяжении последнего времени. Пишите первое, что пришло в голову.

Тестовый материал (вопросы)

А

1. "Говорю себе: в данный момент есть что-то важнее, чем трудности"
2. "Говорю себе: это судьба, нужно с этим смириться"
3. 'Это несущественные трудности, не все так плохо, в основном все хорошо"
4. "Я не теряю самообладания и контроля над собой в тяжелые минуты и стараюсь никому не показывать своего состояния"
5. "Я стараюсь проанализировать, все взвесить и объяснить себе, что же случилось"
6. "Я говорю себе: по сравнению с проблемами других людей мои – это пустяк"
7. "Если что-то случилось, то так угодно Богу"
8. "Я не знаю, что делать, и, временами кажется, что мне не выпутаться из этих трудностей"
9. "Я придаю своим трудностям особый смысл, преодолевая их, я совершенствуюсь сам"
10. "В данное время я полностью не могу справиться с этими трудностями, но со временем смогу справиться и с ними, и с более сложными".

Б

1. "Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую"
2. "Я впадаю в отчаяние, я рыдаю и плачу"
3. "Я подавляю эмоции в себе"
4. "Я всегда уверен, что есть выход из трудной ситуации"

5. "Я доверяю преодоление своих трудностей другим людям, которые готовы помочь мне"
6. "Я впадаю в состояние безнадежности"
7. "Я считаю себя виноватым и получаю по заслугам"
8. "Я впадаю в бешенство, становлюсь агрессивным"

В

1. "Я погружаюсь в любимое дело, стараясь забыть о трудностях"
2. "Я стараюсь помочь людям и в заботах о них забываю о своих горестях"
3. "Стараюсь не думать, всячески избегаю сосредотачиваться на своих неприятностях"
4. "Стараюсь отвлечься и расслабиться (с помощью алкоголя, успокоительных средств, вкусной еды и т. п.)"
5. "Чтобы пережить трудности, я берусь за осуществление давней мечты (еду путешествовать, поступаю на курсы иностранного языка и т. п.)"
6. "Я изолируюсь, стараюсь остаться наедине с собой"
7. "Я использую сотрудничество со значимыми мне людьми для преодоления трудностей"
8. "Я обычно ищу людей, способных помочь мне советом"

Структура ответа

Блок А	Мой выбор:	Блок Б	Мой выбор:	Блок В	Мой выбор:

Ключ к тесту, анализ результатов:

Тип реагирования в стрессе может быть: продуктивным, позволяющим решить проблему, относительно продуктивным и непродуктивным.

В ключе приведены копинг-стратегии в соответствии с утверждениями.

В скобках даны обозначения: "П" – продуктивное реагирование (помогает быстро и успешно совладать со стрессом);

"О" – относительно продуктивное реагирование (помогает в некоторых ситуациях, например, не очень значимых или при небольшом стрессе);

"Н" – непродуктивное реагирование (не устраняет стрессовое состояние, напротив, способствует его усилению).

А. Когнитивные копинг-стратегии.

1. Игнорирование - "Говорю себе: в данный момент есть что-то важнее, чем трудности" (О).
2. Смирение - "Говорю себе: это судьба, нужно с этим смириться" (Н).
3. Диссимуляция - "Это несущественные трудности, не все так плохо, в основном все хорошо" (О).
4. Сохранение самообладания - "Я не теряю самообладания и контроля над собой в тяжелые минуты и стараюсь никому не показывать своего состояния" (О).
5. Проблемный анализ - "Я стараюсь проанализировать, все взвесить и объяснить себе, что же случилось" (П).
6. Относительность - "Я говорю себе: по сравнению с проблемами других людей мои – это пустяк" (О).
7. Религиозность - "Если что-то случилось, то так угодно Богу" (О).
8. Растерянность - "Я не знаю, что делать и мне временами кажется, что мне не выпутаться из этих трудностей" (Н).
9. Придача смысла - "Я придаю своим трудностям особый смысл, преодолевая их, я совершенствуюсь сам" (О).

10. Установка собственной ценности - "В данное время я полностью не могу справиться с этими трудностями, но со временем смогу справиться и с ними, и с более сложными" (О).

Б. Эмоциональные копинг-стратегии.

1. Протест - "Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую" (О).
2. Эмоциональная разрядка - "Я впадаю в отчаяние, я рыдаю и плачу" (Н).
3. Подавление эмоций - "Я подавляю эмоции в себе" (Н).
4. Оптимизм - "Я всегда уверен, что есть выход из трудной ситуации" (П).
5. Пассивная кооперация - "Я доверяю преодоление своих трудностей другим людям, которые готовы помочь мне" (О).
6. Покорность - "Я впадаю в состояние безнадежности" (Н).
7. Самообвинение - "Я считаю себя виноватым и получаю по заслугам" (Н).
8. Агрессивность - "Я впадаю в бешенство, становлюсь агрессивным" (Н).

В. Поведенческие копинг-стратегии.

1. Отвлечение - "Я погружаюсь в любимое дело, стараясь забыть о трудностях" (О).
2. Альтруизм - "Я стараюсь помочь людям, и в заботах о них забываю о своих горестях" (О).
3. Активное избегание - "Стараюсь не думать, всячески избегаю сосредоточиваться на своих неприятностях" (Н).
4. Компенсация - "Стараюсь отвлечься и расслабиться (с помощью алкоголя, успокоительных средств, вкусной еды и т.п.)" (О).
5. Конструктивная активность - "Чтобы пережить трудности, я берусь за осуществление давней мечты (еду путешествовать, поступаю на курсы иностранного языка и т.п.) (О).
6. Отступление - "Я изолируюсь, стараюсь остаться наедине с собой" (Н).
7. Сотрудничество - "Я использую сотрудничество со значимыми мне людьми для преодоления трудностей" (П).
8. Обращение - "Я обычно ищу людей, способных помочь мне советом" (О).

Адаптивные (те, что позволяют найти наилучший выход из сложной ситуации) **варианты копинг-поведения** следующие:

- Среди **когнитивных копинг-стратегий** к ним относятся:

"проблемный анализ", – *формы поведения, направленные на анализ возникших трудностей и возможных путей выхода из них.*

"установка собственной ценности", *повышение самооценки и самоконтроля, более глубокое осознание собственной ценности как личности, наличие веры в собственные ресурсы в преодолении трудных ситуаций.*

"сохранение самообладания" – *формы поведения, направленные на анализ возникших трудностей и возможных путей выхода из них, повышение самооценки и самоконтроля, более глубокое осознание собственной ценности как личности, наличие веры в собственные ресурсы в преодолении трудных ситуаций.*

- Среди **эмоциональных копинг-стратегий:** "протест", "оптимизм" – *эмоциональное состояние с активным возмущением и протестом по отношению к трудностям и уверенностью в наличии выхода из сложных ситуаций.*
- Среди **поведенческих копинг-стратегий**: "сотрудничество", "обращение", просьба помощи для выхода из сложных ситуаций у других. "альтруизм" – *под которыми понимается такое поведение личности, при котором она вступает в сотрудничество со значимыми (более опытными) людьми, ищет поддержки в ближайшем социальном окружении или сама предлагает ее близким в преодолении трудностей.*

Неадаптивные варианты копинг-поведения.

- Среди **когнитивных копинг-стратегий** к ним относятся:

"смирение", "растерянность", "диссимуляция", подавление чувств и эмоций. "игнорирование" – *пассивные формы поведения с отказом от преодоления трудностей из-за неверия в свои силы и интеллектуальные ресурсы, с умышленной недооценкой неприятностей.*

- Среди **эмоциональных копинг-стратегий**: "подавление эмоций", "покорность", "самообвинение", «агрессивность» – *варианты поведения, характеризующиеся подавленным эмоциональным состоянием, состоянием безнадежности, покорности и недопущения других чувств, переживанием злости и возложением вины на себя и других.*
- Среди **поведенческих копинг-стратегий**: "активное избегание", "отступление" – *поведение, предполагающее избегание мыслей о неприятностях, пассивность, уединение, покой, изоляция, стремление уйти от активных межличностных контактов, отказ от решения проблем.*

Относительно адаптивные варианты копинг-поведения, конструктивность которых зависит от значимости и выраженности ситуации преодоления.

- Среди **когнитивных копинг-стратегий** к ним относятся: "относительность", "могло быть и хуже". "придача смысла", иначе переосмысливание. "религиозность" – *формы поведения, направленные на оценку трудностей в сравнении с другими, придание особого смысла их преодолению, вера в Бога и стойкость в вере при столкновении со сложными проблемами.*
- **Среди эмоциональных копинг-стратегий**: "эмоциональная разрядка", например, плач, крики. "пассивная кооперация" – *поведение, которое направлено либо на снятие напряжения, связанного с проблемами, эмоциональным отреагированием, либо на передачу ответственности по разрешению трудностей другим лицам.*
- **Среди поведенческих копинг-стратегий:**

"компенсация", "отвлечение", "конструктивная активность" – *поведение, характеризующееся стремлением к временному отходу от решения проблем с помощью алкоголя, лекарственных средств, погружения в любимое дело, путешествия, исполнения своих заветных желаний.*

Задание 3.

Подготовить тезисы об открытиях Роберта Сапольски о стрессе и его положительном и отрицательном влиянии на человека по результатам просмотра фрагмента документального фильма Р. Сапольски «Стресс. Портрет убийцы». Ресурс: https://youtu.be/d01pUpVnCpY

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Механизмы адаптации к экстремальной ситуации*».
- Сообщение «*Копинг-стратегии как механизм совладающего поведения личности в стрессовых ситуациях*».
- Сообщение «*Механизмы психологической защиты*».

ТЕМА 10. ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ И ПОВЕДЕНИЯ ЛЮДЕЙ В ЧС

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 10.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Психологические особенности поведения людей в экстремальных ситуациях.
2. Острое стрессовое расстройство как «нормальная реакция на ненормальную ситуацию». *Основные признаки ОСР. Этапы развития ОСР. Причины и*

последствия слабой выраженности (или отсутствия) симптоматики ОСР в экстремальной ситуации. Последствия ОСР для жизни и здоровья человека.

3. Специфика общения с пострадавшими в ЧС.
4. Этика общения с пострадавшими по телефону.
5. Общие принципы профилактики стресса.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *острая стрессовая реакция, острое стрессовое расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, психологическая поддержка, психологический ресурс*.
5. Выполнить следующие задания:

Задание 1.

Определите особенности состояния человека при различных ОСР*

ОСР	целесообразность деятельности	критическая оценка ситуации	контакт с окружающими
Плач			
Истерика			
Агрессия			
Психомоторное возбуждение			
Нервная дрожь			
Апатия			
Ступор			
Страх			

*Критерии оценивания особенности состояния человека при различных ОСР:

- «-» - отсутствует
- «+» - присутствует
- «+\-» - частично

Задание 2.

В указанном выше источнике 3. ознакомиться с таблицей 6.4. Определите порядок очередности оказания помощи при ОСР:

№	оср	критерии
1		эти реакции представляют наибольшую опасность в связи с эмоциональным заражением, поскольку пострадавшие могут нанести вред себе и окружающим
2		данное состояние опасно для жизни и здоровья

* Используемые материалы рекомендованы специалистами ЦЭПП МЧС России

		самого пострадавшего
3		может перейти в панику
4		пострадавший частично утрачивает способность удовлетворить свои потребности
5		считаются наиболее адаптивными реакциями, способствующими выходу негативных эмоций

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Субсиндромы стресса, вызванного экстремальной ситуацией*».
- Сообщение «*Этика общения с пострадавшими по телефону*».
- Сообщение «*Принципы общения с пострадавшими в ЧС*».
- Сообщение «*Психологические ресурсы в стрессовой ситуации*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 10.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Причины развития травматического стресса.
2. Понятие посттравматического стрессового расстройства. *Соотношение понятий «острое стрессовое расстройство» и «посттравматическое стрессовое расстройство»*.
3. Факторы и группы риска развития ПТСР. *Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства. Формы ПТСР. Диагностические критерии ПТСР*
4. «Работа горя». *Понятие горя и горевания. История исследования горя. «Печаль и меланхолия» З. Фрейда. Теория привязанности Дж. Боулби. Современные теории горя. Горе как следствие утраты. Типология утрат. Факторы, влияющие на процесс горевания. Нормальное и осложненное (патологическое) горе. Этнопсихологические особенности горевания. Динамика горевания. Острое горе. «Работа горя». Психологическая помощь горюющему.*
5. Направления реабилитации ПТСР.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016.

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *острая стрессовая реакция, острое стрессовое расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, психологическая поддержка, психологический ресурс.*
5. Выполнить следующие задания:

Задание 1.

Ориентируясь на рисунок, сформулируйте что наполняет экстремальное мышление пожарного-спасателя



Реальные возможности пожарного-спасателя в экстремальной ситуации	Резервные возможности пожарного-спасателя в экстремальной ситуации	Запредельные возможности пожарного-спасателя в экстремальной ситуации
1 2 3	1 2 3	1 2 3

Задание 2.

Принимая во внимание роль человеческого фактора в экстремальной ситуации, важно отметить поэтапный характер реагирования человека в экстремальных условиях.



В предложенной схеме важным этапом, который может определить развитие экстремальной ситуации, является **этап зарождения (латентный)**, иногда длящийся некоторое время. Именно на этом этапе происходит закладка факторов, которые влияют впоследствии на длительность, ущерб, тяжесть последствий для здоровья и жизни

человека. Определите какие качества человека будут полезны для успешного прогнозирования экстремальной ситуации.

Качества человека полезные для успешного прогнозирования экстремальной ситуации	Характеристика
Жизненный опыт	
Профессионализм	
…..	

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*«Печаль и меланхолия» 3. Фрейда*».
- Сообщение «*Теория привязанности Дж. Боулби*».
- Сообщение «*Современные теории горя*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 10.4

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Психологические особенности поведения людей в экстремальных ситуациях.
2. Острое стрессовое расстройство как «нормальная реакция на ненормальную ситуацию». *Основные признаки ОСР. Этапы развития ОСР. Причины и последствия слабой выраженности (или отсутствия) симптоматики ОСР в экстремальной ситуации. Последствия ОСР для жизни и здоровья человека*.
3. Специфика общения с пострадавшими в ЧС.
4. Этика общения с пострадавшими по телефону.
5. Общие принципы профилактики стресса.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *острая стрессовая реакция, острое стрессовое расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, психологическая поддержка, психологический ресурс.*
5. Выучить типы острых реакций на стресс, их основные характеристики, алгоритмы поддержки и самопомощи.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Субсиндромы стресса, вызванного экстремальной ситуацией*».
- Сообщение «*Этика общения с пострадавшими по телефону*».
- Сообщение «*Принципы общения с пострадавшими в ЧС*».
- Сообщение «*Психологические ресурсы в стрессовой ситуации*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 10.5

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Острые стрессовые реакции (определение, характеристика, основные признаки):

- агрессия;
- истерика;
- психомоторное возбуждение;
- страх;
- тревога;
- ступор;
- апатия;
- нервная дрожь;
- плач.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *острая стрессовая реакция, острое стрессовое расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, психологическая поддержка, психологический ресурс.*
5. Подобрать видео-сюжеты изучаемых острых реакций из художественных, документальных фильмов, а также из других информационных источников СМИ (по одному примеру на 1 реакцию. Задание выполняется в парах.

Задание 5.1

Из подобранных видеосюжетов, отобрать те, в которых продемонстрированы аффективные состояния агрессия, истерика и психомоторное возбуждение. Выделите общие признаки данных состояний и определите отличия.

Признаки острых реакций	Агрессия	Истерика	Психомоторное возбуждение
Общие признаки			
1			
2			
3			
4			
Отличительные признаки			
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Задание 5.2.

Отберите те сюжеты, в которых продемонстрированы тормозные реакции в стрессовых ситуациях: апатия, ступор. Выделите общие признаки данных состояний и определите отличия.

Признаки острых реакций	Апатия	Ступор
Общие признаки		
1		
2		
3		
Отличительные признаки		
1		
2		
3		

Задание 5.3.

Отберите те сюжеты, в которых продемонстрированы эмоциональные реакции в стрессовых ситуациях: страх и тревога. Сформулируйте данные реакции отличаются от аффективных и тормозных реакций? Выделите общие признаки данных состояний и определите отличия.

Признаки острых реакций	Страх	Тревога
Общие признаки		
1		
2		
3		
Отличительные признаки		
1		
2		
3		

Задание 5.4.

Отберите реакции нервной дрожи и плача. Сформулируйте, почему данные реакции считаются конструктивными реакциями на стресс. Укажите их характерные признаки. Определите признаки, которые отличают плач от агрессии, нервную дрожь от психомоторного возбуждения

Признаки острых реакций	Нервная дрожь	Плач
Общие признаки		
1		
2		
3		
Отличительные признаки		
1		
2		
3		

ТЕМА 11. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАБОТЫ ПОЖАРНЫХ ПРИ БОЛЬШОМ СКОПЛЕНИИ ЛЮДЕЙ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ЛИЧНОСТИ

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 11.1

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Особенности психологического состояния людей в толпе.

2. Принципы безопасного поведения для людей, находящихся в толпе. Этические аспекты работы пожарных при большом скоплении людей. *Этические принципы поведения специалистов при выполнении служебных обязанностей в экстремальных ситуациях. Этическая ответственность за принятые решения в экстремальной ситуации.*

3. Этика организации взаимодействия с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях: *определение, общие принципы общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях, анализ ошибок в общении с пострадавшими. Основные группы поведенческих реакций у пострадавших в чрезвычайных ситуациях. Особенности общения с разными категориями пострадавших.*

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *толпа, групповые психические реакции, категории пострадавших, психологический ресурс.*
5. Выучить типы острых реакций на стресс, их основные характеристики

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Этические принципы поведения специалистов при выполнении служебных обязанностей в экстремальных ситуациях*».
- Сообщение «*Основные группы поведенческих реакций у пострадавших в чрезвычайных ситуациях*».
- Сообщение «*Особенности общения с разными категориями пострадавших*».
- Сообщение «*Психологические особенности поведения в толпе*».
- Сообщение «*Способы безопасного поведения в толпе*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 11.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Этические принципы информационно-разъяснительной работы с пострадавшими как профилактика образования толпы.
2. Принципы общения с представителями средств массовой информации.
3. Методы и приемы управления групповыми психическими состояниями. *Специфика использования социально-психологических приемов в регуляции дезадаптивных состояний пострадавших в ЧС.*
4. Особенности групповых конфликтов в условиях ЧС. *Прогноз развития конфликта в чрезвычайной ситуации при различных стратегиях разрешения конфликта. Способы профилактики и предотвращения конфликтов в условиях ЧС.*

Задание на самоподготовку:

4. Изучить конспект лекции.
5. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.

6. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *толпа, групповые психические реакции, категории пострадавших, психологический ресурс.*

5. Выучить типы острых реакций на стресс, их основные характеристики.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Этические принципы информационно-разъяснительной работы с пострадавшими как профилактика образования толпы*».
- Сообщение «*Специфика использования социально-психологических приемов в регуляции дезадаптивных состояний пострадавших в ЧС.*».
- Сообщение «*Способы профилактики и предотвращения конфликтов в условиях ЧС*».
- Сообщение «*Принципы общения с представителями средств массовой информации*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 11.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Учет профессионально-важных качеств сотрудников при работе в чрезвычайных ситуациях
2. Работа над описанием психологического профиля психологический устойчивости.

Задание на самоподготовку:

1. Подготовиться к лабораторному практикуму.

Методики для самообследования:

1.1. **Опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций (SACS)» С.Хобфолла**

Инструкция: «Вам предлагаются 54 утверждения относительно поведения в напряженных (стрессовых ситуациях). Оцените, пожалуйста, как Вы лично поступаете в данных случаях. Для этого на бланке ответов поставьте цифру от 1 до 5, которая наиболее соответствует вашим действиям.

Если утверждение полностью описывает ваши действия или переживания, то рядом с номером вопроса поставьте 5 (ответ-да, совершенно верно); 4 (скорее да, чем нет).

Если утверждение совершенно не подходит к вам, тогда поставьте 1 (нет, это совсем не так); 2 (скорее нет, чем да); 3 (затрудняюсь ответить).

Текстовый материал

1.В любых сложных ситуациях вы не сдаетесь 1 2 3 4 5

2.Объединяетесь вместе с другими людьми, чтобы разрешить ситуацию 1 2 3 4 5

3.Советуетесь с друзьями или близкими о том, что бы они сделали, оказавшись в вашем положении 1 2 3 4 5

4.Вы всегда очень тщательно взвешиваете возможные варианты решений (лучше быть осторожным, чем подвергать себя риску) 1 2 3 4 5

5.Вы полагаетесь на свою интуицию 1 2 3 4 5

6.Как правило, Вы откладываете решение возникшей проблемы в надежде, что она разрешится сама 1 2 3 4 5

7.Стараетесь держать все под контролем, хотя и не показываете этого другим 1 2 3 4 5

8.Вы полагаете, что иногда необходимо действовать быстро и решительно, чтобы застать других врасплох 1 2 3 4 5
9.Решая неприятные проблемы, выходите из себя и можете наломать немало дров 1 2 3 4 5
10.Когда кто-либо из близких поступает с Вами несправедливо, Вы пытаетесь, вести себя так, чтобы они почувствовали, что Вы расстроены или обижены 1 2 3 4 5
11.Стараетесь помочь другим при решении ваших общих проблем 1 2 3 4 5
12. Не стесняетесь при необходимости обращаться к другим людям за помощью и поддержкой 1 2 3 4 5
13.Без необходимости не выкладываетесь полностью, предпочитая экономить свои силы 1 2 3 4 5
14. Вы часто удивляетесь, что наиболее правильным является то решение, которое первым пришло в голову 1 2 3 4 5
15.Иногда предпочитаете заняться чем угодно, лишь бы забыть о неприятном деле, которое нужно делать 1 2 3 4 5
16.Для достижения своих целей Вам часто приходится подыгрывать другим или подстраиваться под других людей
(несколько кривить душой) 1 2 3 4 5
17.В определенных ситуациях Вы ставите свои личные интересы превыше всего, даже если это пойдет во вред другим 1 2 3 4 5
18.Как правило, препятствия для решения Ваших проблем или достижения желаемого сильно выводят Вас из себя, можно сказать, что они просто бесят Вас. 1 2 3 4 5
19.Вы считаете, что в сложных ситуациях лучше действовать самому, чем ждать, когда ее будут решать другие
1 2 3 4 5
20.Находясь в трудной ситуации, Вы раздумываете о том, как бы поступили в этом случае другие люди 1 2 3 4 5
21.В трудные минуты для Вас очень важна эмоциональная поддержка близких людей 1 2 3 4 5
22.Считаете, что во всех случаях лучше семь раз отмерить, прежде чем отрезать. 1 2 3 4 5
23. Вы часто проигрываете из-за того, что не полагаетесь на свои предчувствия 1 2 3 4 5
24. Вы не тратите свою энергию на разрешение того, что возможно, само по себе рассеется 1 2 3 4 5
25. Позволяете другим людям думать, что они могут повлиять на Вас, но на самом деле Вы – крепкий орешек и никому не позволяете манипулировать собой. 1 2 3 4 5
26.Считаете, что полезно демонстрировать свою власть и превосходство для укрепления своего авторитета 1 2 3 4 5
27.Вас можно назвать вспыльчивым человеком 1 2 3 4 5
28.Вам бывает достаточно трудно ответить отказом на чьи-либо требования и просьбы. 1 2 3 4 5
29.Вы полагаете, что в критических ситуациях лучше действовать сообща с другими. 1 2 3 4 5
30.Вы считаете, что на душе может стать легче, если поделиться с другими своими переживаниями 1 2 3 4 5
31.Ничего не принимаете на веру, так как полагаете, что в любой ситуации могут быть «подводные камни». 1 2 3 4 5
32.Ваша интуиция Вас никогда не подводит. 1 2 3 4 5
33.В конфликтной ситуации убеждаете себя и других, что проблема не стоит и выеденного яйца 1 2 3 4 5
34. Иногда Вам приходится немного манипулировать людьми (решать свои проблемы, невзирая на интересы других) 1 2 3 4 5
35.Бывает очень выгодно поставить другого человека в неловкое и зависимое положение 1 2 3 4 5
36.Вы считаете, что лучше решительно дать отпор тем, кто не согласен с вашим мнением, чем тянуть кота за хвост. 1 2 3 4 5
37. Вы легко и спокойно можете защитить себя от несправедливых действий со стороны других, в случае необходимости сказать «нет» в ситуации эмоционального давления. 1 2 3 4 5
38.Вы считаете, что общение с другими людьми обогатит Ваш жизненный опыт 1 2 3 4 5
39.Вы полагаете, что поддержка других людей очень помогает Вам в трудных ситуациях 1 2 3 4 5
40.В трудных ситуациях Вы долго готовитесь и предпочитаете сначала успокоиться, а потом уже действовать. 1 2 3 4 5

41.В сложных ситуациях лучше следовать первому импульсу, чем долго взвешивать возможные варианты 1 2 3 4 5
42. По возможности избегаете решительных действий, требующих большой напряженности и ответственности за последствия 1 2 3 4 5
43.Для достижения своих заветных целей не грех и немного полукавить 1 2 3 4 5
44.Ищите слабости других людей и используете их со своей выгодой 1 2 3 4 5
45.Грубости и глупости других людей часто приводят Вас в ярость (выводят Вас из себя). 1 2 3 4 5
46.Вы испытываете неловкость, когда Вас хвалят и говорят комплименты 1 2 3 4 5
47. Считаете, что совместные усилия с другими, принесут больше пользы в любых ситуациях (при решении любых задач) 1 2 3 4 5
48. Вы уверены, что в трудных ситуациях Вы всегда найдете понимание и сочувствие со стороны близких людей 1 2 3 4 5
49.Вы полагаете, что во всех случаях нужно следовать принципу «тише едешь, дальше будешь» 1 2 3 4 5
50.Действие под влиянием первого порыва всегда хуже, чем трезвый расчет 1 2 3 4 5
51.В конфликтных ситуациях предпочитаете найти какие-либо важные и неотложные дела, позволяя другим заняться решением проблемы или надеясь, что время все расставит на свои места. 1 2 3 4 5
52.Вы полагаете, что хитростью можно добиться порою больше, чем действуя напрямую 1 2 3 4 5
53. Цель оправдывает средства. 1 2 3 4 5
54.В значимых и конфликтных ситуациях Вы бываете агрессивны 1 2 3 4 5

Ключ: !!!!!Примечание «*» обозначены обратные вопросы (ответы подсчитываются в обратном порядке).

Стратегии преодоления	Субшкала	Номера утверждений	Результат	Степень выраженности преодолевающих моделей		
				низкая	средняя	высокая
1. Активная	Ассертивные (уверенные) действия	1,10,19,**28***, 37,**46***		6-17	18-22	23-30
2. Просоциальная	Вступление в социальный контакт	2,11,20,29, 38,47		6-21	22-25	26-30
3. Просоциальная	Поиск социальной поддержки	3,12,21,30,39, 48		6-19	20-24	25-30
4. Пассивная	Осторожные действия	4,13,22,31, 40,49		6-17	18-23	24-30
5. Прямая	Импульсивные действия	5,14,23,32, 41,**50***		6-15	16-19	20-30
6. Пассивная	Избегание	6,15,24,33, 42,51		6-12	13-17	18-30
7. Непрямая	Непрямые (манипулятивные) действия	7,16,25,34, 43,52		6-16	17-23	24-30
8. Асоциальная	Ассоциальные действия (жестокость, циничность)	8,17,26,35, 44,53		6-14	15-19	20-30
9. Асоциальная	Агрессивные действия (давление, отказ от поиска альтернативных действий)	9,18,27,36, 45,54		6-13	14-18	19-30
Общий индекс конструктивности стратегий преодолевающего поведения (ИК) Конструктивная стратегия является		ИК=АП **:** ПА АП – сумма		Уровень конструктивности		
				ИК < 0,85	ИК = {0,86 –	ИК > 1,1

«здоровым» и активным преодолением, а в совокупности с положительным использованием социальных ресурсов (контактов) повышает стрессоустойчивость человека.	показателей субшкал **1,2,3** ПА – сумма показателей субшкал **6,8,9**			1,1}	

1.2. **Опросник «Копинг-стратегии» Р.Лазаруса**

Данная методика направлена на выявление предпочитаемых Вами способов поведения в трудных жизненных ситуациях. Отметьте, пожалуйста, рядом с каждым из следующих утверждений, насколько часто Вы так действуете в трудных ситуациях. Для этого обведите цифру в соответствующем столбце.

ОКАЗАВШИСЬ В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ, Я…	никогда	редко	иногда	часто
1. Сосредотачивался на том, что мне нужно было делать дальше - на следующем шаге.	0	1	2	3
2. Начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать: главное – делать хоть что-нибудь.	0	1	2	3
3. Пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение.	0	1	2	3
4. Говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации.	0	1	2	3
5. Критиковал и укорял себя.	0	1	2	3
6. Пытался не сжигать за собой мосты, оставляя все, как оно есть.	0	1	2	3
7. Надеялся на чудо.	0	1	2	3
8. Смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет.	0	1	2	3
9. Вел себя, как будто ничего не произошло.	0	1	2	3
10. Старался не показывать своих чувств.	0	1	2	3
11. Пытался увидеть в ситуации и что-то положительное.	0	1	2	3
12. Спал больше обычного.	0	1	2	3
13. Срывал свою досаду на тех, кто повлек на меня проблемы.	0	1	2	3
14. Искал сочувствия и понимания у кого-нибудь.	0	1	2	3
15. Во мне возникла потребность выразить себя творчески.	0	1	2	3
16. Пытался забыть все это.	0	1	2	3
17. Обращался за помощью к специалистам.	0	1	2	3
18. Менялся или рос как личность в положительную сторону.	0	1	2	3
19. Извинялся или старался все загладить.	0	1	2	3
20. Составлял план действий.	0	1	2	3
21. Старался дать какой-то выход своим чувствам.	0	1	2	3
22. Понимал, что я сам вызвал эту проблему.	0	1	2	3
23. Набирался опыта в этой ситуации.	0	1	2	3
24. Говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации.	0	1	2	3
25. Пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами.	0	1	2	3
26. Рисковал напропалую.	0	1	2	3
27. Старался действовать не слишком поспешно, - доверяясь первому порыву.	0	1	2	3
28. Находил новую веру во что-то.	0	1	2	3
29. Вновь открывал для себя что-то важное.	0	1	2	3
30. Что-то менял так, что все улаживалось.	0	1	2	3
31. В целом избегал общения с людьми.	0	1	2	3
32. Не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться.	0	1	2	3
33. Спрашивал совета у родственника или у друга, которого уважал.	0	1	2	3
34. Старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела.	0	1	2	3
35. Отказывался воспринимать это слишком серьезно.	0	1	2	3
36. Говорил с кем-то о том, что я чувствую.	0	1	2	3
37. Стоял на своем и боролся за то, что хотел.	0	1	2	3
38. Вымещал это на других людях.	0	1	2	3
39. Пользовался прошлым опытом - мне приходилось уже попадать в такие ситуации	0	1	2	3

40. Знал, что надо делать, и удваивал свои усилия, чтобы все наладить.	0	1	2	3
41. Отказывался верить, что это действительно произошло.	0	1	2	3
42. Я давал себе обещание, что в следующий раз все будет по- другому.	0	1	2	3
43. Находил пару других способов решения проблемы.	0	1	2	3
44. Старался, чтобы мои эмоции не слишком мешали мне в других делах.	0	1	2	3
45. Что-то менял в себе.	0	1	2	3
46. Хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось.	0	1	2	3
47. Представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться.	0	1	2	3
48. Молился.	0	1	2	3
49. Прокручивал в уме, что мне сказать или сделать.	0	1	2	3
50. Думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь, и старался подражать ему				

Алгоритм обработки результатов: Испытуемому предлагаются 50 утверждений касающихся поведения в трудной жизненной ситуации. Испытуемый должен оценить как часто данные варианты поведения проявляются у него.

1. подсчитываем баллы, сумируя по каждой субшкале: никогда – 0 баллов; редко – 1 балл; иногда – 2 балла; часто - 3 балла

2. в соответствии с ключом определяем степень выраженности напряженности в каждой копинг-стратегии (суммируем полученные баллы по указанным пунктам)

№ П/П	Копинг - стратегия	Пункты	Степень выраженности напряженности в копинге		
			низкий уровень напряженности, говорит об адаптивном варианте копинга;	средний, адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии	высокая напряженность копинга, свидетельствует о выраженной дезадаптации
1	Конфронтационный копинг	2,3,13,21,26,37	0-6	7-12	13-18
2	Дистанцирование	8,9,11,16,32,35	0-6	7-12	13-18
3	Самоконтроль	6,10,27,34,44,49,50	0-7	8-14	15-21
4	Поиск социальной поддержки	4,14,17,24,33,36	0-6	7-12	13-18
5	Принятие ответственности	5,19,22,42	0-4	5-8	9-12
6	Бегство-избегание	7,12,25,31,38,41,46,47	0-8	9-16	17-24
7	Планирование решения проблемы	1,20,30,39,40,43	0-6	7-12	13-18
8	Положительная переоценка	15,18,23,28,29,45,48.	0-7	8-14	15-21

Описание субшкал

- Конфронтационный копинг. Агрессивные усилия по изменению ситуации. Предполагает определенную степень враждебности и готовности к риску.
- Дистанцирование. Когнитивные усилия отделиться от ситуации и уменьшить ее значимость.
- Самоконтроль. Усилия по регулированию своих чувств и действий. Пункты:
- Поиск социальной поддержки. Усилия в поиске информационной, действенной и эмоциональной поддержки.
- Принятие ответственности. Признание своей роли в проблеме с сопутствующей темой попыток ее решения.
- Бегство-избегание. Мысленное стремление и поведенческие усилия, направленные к бегству или избеганию проблемы.

- Планирование решения проблемы. Произвольные проблемно-фокусированные усилия по изменению ситуации, включающие аналитический подход к проблеме.
- Положительная переоценка. Усилия по созданию положительного значения с фокусированием на росте собственной личности. Включает также религиозное измерение.

Совладание с жизненными трудностями, как утверждают авторы методики, есть постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия индивида с целью управления специфическими внешними и (или) внутренними требованиями, которые оцениваются им как подвергающие его испытанию или превышающие его ресурсы. Задача совладания с негативными жизненными обстоятельствами состоит в том, чтобы либо преодолеть трудности, либо уменьшить их отрицательные последствия, либо избежать этих трудностей, либо вытерпеть их. Можно определить совладающее поведение как целенаправленное социальное поведение, позволяющее справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессом) способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, - через осознанные стратегии действий. Это сознательное поведение направлено на активное изменение, преобразование ситуации, поддающейся контролю, или на приспособление к ней, если ситуация не поддаётся контролю. При таком понимании оно важно для социальной адаптации здоровых людей. Его стили и стратегии рассматриваются как отдельные элементы сознательного социального поведения, с помощью которых человек справляется с жизненными трудностями.

ТЕМА 12. ЭКСТРЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШИМ В ЧС

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 12.1

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

3. Понятие и базовые принципы оказания экстренной психологической помощи. *Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации. Задачи оказания экстренной психологической помощи.*
2. Допсихологическая помощь и самопомощь при острых стрессовых реакциях

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *психологическая поддержка, психологический ресурс.*
5. Изучив темы 10-11, вы выполнили творческие задания по изучению признаков острых стрессовых реакций. Опираясь на оформленные таблицы (занятие 10.5), определите общие моменты и отличия в алгоритмах оказания поддержки и самопомощи при острых реакциях на стресс, выделите ошибки при оказании поддержки.

Таблица 5.1

Признаки острых реакций	Агрессия	Истерика	Психомоторное возбуждение
Общие признаки			
1			
2			
3			
4			
Отличительные признаки			
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Таблица 5.2

Признаки острых реакций	Апатия	Ступор
Общие признаки		
1		
2		
3		
Отличительные признаки		
1		
2		
3		

Таблица 5.4.

Признаки острых реакций	Страх	Тревога
Общие признаки		
1		
2		
3		
Отличительные признаки		
1		
2		
3		

Таблица 5.5.

Признаки острых реакций	Нервная дрожь	Плач
Общие признаки		
1		
2		
3		
Отличительные признаки		
1		
2		
3		

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Задачи оказания экстренной психологической помощи*».
- Сообщение «*Психологический ресурс в кризисной ситуации*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 12.2 – 12.4

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Допсихологическая помощь и самопомощь:
   - Помощь и самопомощь при страхе.
   - Помощь и самопомощь при тревоге.
   - Помощь и самопомощь при плаче.
   - Помощь и самопомощь при истерике.
   - Помощь и самопомощь при апатии.
   - Помощь и самопомощь при чувстве вины и стыда.
   - Помощь и самопомощь при двигательном возбуждении.
   - Помощь и самопомощь при нервной дрожи.
   - Помощь и самопомощь при гневе, злости, агрессии.
2. Ограничения оказания психологической помощи в экстремальной ситуации.
3. Работа с жертвой. Работа с психологическим ресурсом.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России , 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *психологическая поддержка, психологический ресурс.*
5. Отработка алгоритмов поддержки и самопомощи при острых реакциях на стресс, выделение ошибок при оказании поддержки.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Экстренная психологическая помощь, допсихологическая помощь, психологическая поддержка и самопомощь*».
- Сообщение «*Ограничения оказания психологической помощи в экстремальной ситуации*».
- Сообщение «*Работа с жертвой. Работа с психологическим ресурсом*».

РАЗДЕЛ 5. ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СОТРУДНИКА МЧС РОССИИ

ТЕМА 13. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ СОТРУДНИКА МЧС

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 13.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Понятие профессионального развития личности. Соотношение личности и профессии. *Проблема профессионального становления личности. Этапы профессионализации личности. Стадии профессионального развития: психологическая адаптация личности сотрудника ГПС МЧС России; прогрессивная стадия профессионального развития личности; формирование мотивов профессиональной деятельности; формирование профессиональных знаний и представлений; формирование профессионально-важных качеств личности; регрессивная стадия профессионального развития личности. Понятия профессионального здоровья и долголетия. Норма психологического здоровья.*

3. Система психологического сопровождения деятельности специалистов экстремального профиля: *цель, задачи психологической службы МЧС России. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников системы МЧС России: психологическая диагностика, психологическая подготовка, коррекционная и реабилитационная работа. Принципы работы психологической службы МЧС России.*

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *психологическое здоровье, психологическая адаптация личности, психологическая служба, принципы работы психологической службы МЧС России*

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Цель и задачи психологической службы МЧС России*».
- Сообщение «*Психологическое сопровождение деятельности сотрудников системы МЧС России*».
- Сообщение «*Психологическая диагностика и психологическая подготовка»*.
- Сообщение «*Формирование мотивов профессиональной деятельности – как психологический ресурс профессионального долголетия*».
- Сообщение «*Формирование профессиональных знаний и представлений – как психологический ресурс профессионального долголетия*».
- *Сообщение «Формирование профессионально-важных качеств личности – как психологический ресурс профессионального долголетия».*
- Сообщение «*Принципы работы психологической службы МЧС России*».

ТЕМА 14. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДЕФОРМАЦИИ СОТРУДНИКОВ МЧС

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 14.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Профессиональная деформация личностных характеристик. *Профессиональная деформация личности. Особенности деформации личности сотрудников ГПС МЧС России.*

2. Профессиональное выгорание сотрудников МЧС России. *Феномен психического выгорания. Симптомы. Причины возникновения. Дезадаптированность личности.*

3. Направления профилактической работы для предотвращения профессионального выгорания у сотрудников МЧС России.

4. Рекомендации по нормализации эффективного процесса жизнедеятельности человека.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *профессиональная деформация, деформация личности, дезадаптированность личности, психическое выгорание,*
5. Разработать рекомендации по нормализации эффективного процесса жизнедеятельности человека.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Феномен психического выгорания в социально-психологических исследованиях*».
- Сообщение «*Направления профилактической работы для предотвращения профессионального выгорания у сотрудников МЧС России*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 14.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Профессионально-нравственная деформация как отступление от норм и требований профессиональной морали сотрудников ГПС МЧС России. *Структура профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России: деформация морального сознания (индивидуального, группового), деформация служебных отношений, деформация профессиональной деятельности. Причины возникновения профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России. Микросреда и профессионально-нравственная деформация.*

2. Факторы, негативно влияющие на морально-психологический климат служебного коллектива, *профилактика и коррекция неблагоприятного социально-психологического климата в подразделении. Соотношение моральных норм поведения личности и «групповой этики». Негативный авторитет и профессионально-нравственная деформация. Факторы, влияющие на устойчивость к профессионально-нравственной деформации.*

3. Моральный выбор и антикоррупционное поведение. *Нравственное оправдание служебных действий сотрудников. Профессиональный риск в деятельности сотрудников ГПС МЧС России, его нравственное содержание. Риск как средство решения противоречий. Возможности нравственных границ риска. Понятие морального конфликта. Социально-правовые противоречия и нравственные конфликты.*

4. Основные направления профилактики профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *профессиональная мораль, профессионально-нравственной деформации, деформация морального сознания (индивидуального, группового), деформация служебных отношений, деформация профессиональной деятельности, социально-психологического климата в подразделении, моральный выбор, нравственные границы риска, моральный конфликт*.
5. Выделить основные направления профилактики профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Причины возникновения профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России*».
- Сообщение «*Микросреда и профессионально-нравственная деформация*».
- Сообщение «*Профилактика и коррекция неблагоприятного социально-психологического климата в подразделении*».
- Сообщение «*Понятие морального конфликта*».
- Сообщение «*Социально-правовые противоречия и нравственные конфликты*».

ТЕМА 15. ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 15.2

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Система профилактики негативных последствий профессионального стресса и нарушений профессионального здоровья сотрудников ГПС МЧС России. *Основные направления профилактической работы при чрезвычайных ситуациях. Формы и методы профилактики дезадаптивных психических состояний.*

2. Регуляция психологического состояния. Принципы профилактики стрессовых состояний.

3. Саморегуляция поведения: *методы и приемы психологической саморегуляции как средства профилактики нарушений профессионального здоровья.*

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю,*

закрепленными за обучающимся).

3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *психологическая профилактика, принципы профилактики стрессовых расстройств, психологическая саморегуляция,*

5. Выучить методы и приемы психологической саморегуляции.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Основные направления профилактической работы при чрезвычайных ситуациях*».
- Сообщение «*Формы и методы профилактики дезадаптивных психических состояний*».
- Сообщение «*Концепция заботы о себе*».
- Сообщение «*Применение приемов саморегуляции в повседневной деятельности сотрудника МЧС и в условиях чрезвычайной ситуации*».
- Сообщение «*Принципы профилактики стрессовых состояний*».
- Сообщение «*Аппаратные методы с биологической обратной связью как средство формирования навыков психической саморегуляции*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 15.3

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Применение приемов саморегуляции в повседневной деятельности сотрудника МЧС и в условиях чрезвычайной ситуации.
2. Концепция заботы о себе.
3. Дыхательная гимнастика: виды дыхания.
4. Снижение мышечного напряжения: *нервно-мышечная релаксация.*

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *концепция заботы о себе, виды дыхания, нервно-мышечная релаксация.*

5. Практическая отработка приемов психологической саморегуляции.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Основные направления профилактической работы при чрезвычайных ситуациях*».

- Сообщение «*Формы и методы профилактики дезадаптивных психических состояний*».
- Сообщение «*Концепция заботы о себе*».
- Сообщение «*Применение приемов саморегуляции в повседневной деятельности сотрудника МЧС и в условиях чрезвычайной ситуации*».
- Сообщение «*Принципы профилактики стрессовых состояний*».
- Сообщение «*Аппаратные методы с биологической обратной связью как средство формирования навыков психической саморегуляции*».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 15.4

Рекомендуемые вопросы для самостоятельной подготовки:

1. Ассоциативная методика саморегуляции.
2. Поиск ключей доступа к желаемым состояниям.
3. Приемы концентрации внимания.
4. Визуализация. Самовнушение. Медитация как способ саморегуляции.
5. Аппаратные методы с биологической обратной связью как средство формирования навыков психической саморегуляции.

Задание на самоподготовку:

1. Изучить конспект лекции.
2. Изучить текстовый материал *(СДО, электронный доступ на общий ресурс: https://3kl.uigps.ru/, далее доступ осуществляется по индивидуальным логину и паролю, закрепленными за обучающимся)*.
3. Ознакомиться с литературой:

Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников ГПС МЧС России / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. – Екатеринбург : РИО УрИ ГПС МЧС России, 2016

4. Из источника 3. и текстовых материалов выписать и выучить основные понятия и категории: *ассоциативная методика саморегуляции, концентрация внимания, визуализация, самовнушение, медитация, биологическая обратная связь.*
5. Практическая отработка приемов психологической саморегуляции.

Темы рекомендуемых докладов и сообщений:

- Сообщение «*Основные направления профилактической работы при чрезвычайных ситуациях*».
- Сообщение «*Формы и методы профилактики дезадаптивных психических состояний*».
- Сообщение «*Концепция заботы о себе*».
- Сообщение «*Применение приемов саморегуляции в повседневной деятельности сотрудника МЧС и в условиях чрезвычайной ситуации*».
- Сообщение «*Принципы профилактики стрессовых состояний*».
- Сообщение «*Аппаратные методы с биологической обратной связью как средство формирования навыков психической саморегуляции*».

КОНТРОЛЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА»

1. Составление индивидуального профиля психологической устойчивости:

1 семестр - по результатам прохождения практических методик и психологических тестов в темах 2 – 5;

2 семестр по результатам прохождения практических методик и психологических тестов в темах 8 – 15.

2. Прохождение контрольного теста.

Перечень вопросов для тестовых заданий:

1.Человеческое сознание характеризуется:
A. пассивностью
B. экономичностью
C. *способностью к рефлексии*
D. плавностью

2.Основным условием развития и становления личности в отечественной психологии является:
A. *деятельность*
B. наказания и запреты
C. адекватная самооценка
D. организованный контроль

3.Онтогенез **включает в себя весь период жизни человека от рождения и** до смерти, т.е. не только **прогрессивные, но изменения.**
A. деградационные
B. отсталые
C. эволюционные
D. *регрессивные*

4.Систему мозговых структур и органов чувств, обеспечивающую восприятие, переработку и хранение информации, называют...
A. импульсом
B. рефлексом
C. *анализаторам*
D. нейроном

5.Наблюдение человека за **внутренним планом собственной психической жизни** - это...
A. интеракция
B. интуиция
C. *интроспекция*
D. интерференция

6. Психологическая система анализа душевной жизни, предложенная З.Фрейдом, —...
A. ассоциативная психология
B. *глубинная психология (психоанализ)*
C. гуманистическая психология
D. когнитивная психология

7.Свойство внимания, с которым связана возможность одновременною успешного выполнения двух и более различных видов деятельности, называется...
A. умением
B. *распределением*
C. способностями

D. переключением

8. Активное воображение может быть...

A. *воссоздающим и творческим*

B. наглядно-образным

C. творчески-креативным

D. зрительным и слуховым

9.Мысленное объединение предметов и явлении по их общим и существенным свойствам - это ...

A. анализ

B. *систематизация*

C. абстракция

D. обобщение

10.У **людей наблюдаются нарушения восприятия цвета, формы, размера, пространства и времени вследствие** ...

A. информатизации

B. дезадаптации

C. девиации

D. *сенсорной депривации*

11.Установите соответствие между мнемотехническими приемами и их описанием.

1. Метод Цицерона (метод мест) (C)
2. Метод группировки (B)
3. Цепной метод (A)

A. заключается в мысленном выстраивании элементов — запоминаемого материала в виде определенной взаимосвязанной последовательности образов, как правило, зрительных;

B. заключается в том. что необходимо сгруппировать материал таким образом, чтобы он укладывался в 7±2 единицы целостных образов;

C. заключается в том. чтобы вспомнить хорошо известное место и мысленно разместить необходимую информацию на знаковые места.

12. Установите соответствие между видами педагогических целей и их характеристиками.

1 .Нормативно-государственные цели (A)

2.0бщественные цели (B)

3. Инициативные цели (C)

A. это наиболее общие цели, определяющиеся в правительственных документах, в государственных образовательных стандартах

B. это цели различных слоев общества, отражающие их потребности, интересы и запросы по профессиональной подготовке

C. это непосредственные цели, разрабатываемые самими педагогами-практиками и их учениками

13. Установите соответствие между свойствами продуктивной памяти и их характеристиками.

A Длительность

B. Готовность

C. Объем

1. это количественные показатели и возможности запечатляемой. сохраняемой и воспроизводимой человеком информации
2. это предрасположенность человека всегда активно использовать всю запечатленную информацию

3. характеристика, свидетельствующая о способности человека удерживать определенное время в своем сознании нужную информацию

14.В систему профессионального образования входят...

A. гимназии
B. школы
C. *колледжи*
D. лицеи

15Личная ответственность каждого члена педагогического коллектива исполнение принятого **коллегиальным путем решения составляет сущность принципа управления.**

A. научной обоснованности
B. *единоначалия и коллегиальности*
C. гуманизации
D. системности

16. К функции государственных органов управления системой образования относится...

A. аттестация учащихся
B. модернизация Закона об образовании
C. ***аккредитация и аттестация учреждений и учителей***
D. организация образовательного процесса

17. К формам организации учебной деятельности НЕ относится...

A. групповая
B. фронтальная
C. индивидуальная
D. ***идеальная***

18. К методам стимулирования и мотивации воспитанника относится.,

A. *требование, пример, объяснение*
B. поощрение, наказание, соревнование
C. рассказ, дискуссия, беседа
D. упражнение, поручение, требование

19. Функции: репродуктивная, хозяйственная, восстановительная (организация досуга, рекреативная), воспитательная - характерны для...

A. воспитательной системы
B. процесса обучения
C. коллектива
D. *семьи*

20. Установите соответствие понятий и их определений.

A. Способ получения образования в мировой и отечественной практике, при котором успешное обучение в условиях конкретной образовательной системы в коллективе учащихся (или студентов) и завершение всего цикла обучения в рамках данною учебного заведения успешной сдачей выпускных экзаменов;

B. Индивидуальное обучение на дому самостоятельно или с помощью педагогов и сдача экзаменов и других форм отчетности государственной экзаменационной комиссии при конкретном учебном заведении;

C. Обучение с помощью обучающих программ на компьютере;

D. Форма обучения с помощью обобщающих лекций по всему курсу, отдельных консультаций у преподавателей образовательного учреждения, отчетных письменных контрольных работ, зачетов и экзаменов.

1. заочная форма обучения (D)
2. экстернат (B)

3. очная форма обучения (A)
4. дистанционное обучение (C)

21. Установите соответствие понятий и их определений.

1. Процесс постоянного образования и самообразования человека в течение всей жизни
2. Процесс освоения вида деятельности или области знаний, выходящих за рамки стандарта обязательного образования, направленный на удовлетворение интересов, склонностей и способностей и содействующий саморазвитию, самообразованию, и самореализации человека
3. Реализации профессиональных образовательных программ начального, среднего и высшего профессионального образования подготовка и переподготовка специалистов соответствующего уровня.

A. дополнительное образование (2)
B. непрерывное образование (1)
C. профессиональное образование (3)

22. Развитие интеллектуальных способностей человека, интереса к познанию окружающего мира и себя определяется как воспитание.

A. нравственное
B. *умственное*
C. физическое
D. трудовое

23. Установите соответствие понятий и их определений.

1. Углубление межгосударственного сотрудничества в области образования, равные условия партнерства государств и отдельных участников
2. Ориентация большинства стран на переход от элитного образования к высококачественному образованию для всех
3. Существенное увеличение в содержании образования гуманитарной составляющей, в том числе за счет введения новых человекоориентированных научных и учебных дисциплин
4. Значительное распространение нововведений при сохранении сложившихся национальных традиций и стран и регионов

A. глобализация и межгосударственная интеграция образования (1)
B. демократизация образования (4)
C. гуманитаризация (3)
D. инновационность образования (2)

24. К психическим процессам относятся_____

1. ощущения, восприятия, воображение;
2. сосредоточенность, сомнение, настроение;
3. тревожность, рассеянность, нерешительность;
4. ***мышление, память.***

25.Объективный процесс внутреннего последовательного количественного и качественного изменения физических н духовных начал человека называется...

A. социализацией
B. формированием
C. *развитием*
D. становлением

26. Движущими силами педагогического процесса являются его...

A. методы
B. противоречия
C. формы

D. ***закономерности***

27. Исторически наиболее ранним методом исследования в дидактике является...

A. измерение

B. ***наблюдение***

C. анкетирование

D. эксперимент

28. Раздел педагогики, изучающий закономерности и принципы организации процесса обучения, называется...

A. дидактикой

B. ***педагогической технологией***

C. теорией воспитания

D. управлением образовательными системами

29. К общим целям воспитания относится...

A. ***всестороннее и гармоничное развитие личности***

B. сохранение неповторимости каждой личности

C. эмоциональное развитие личности

D. выявление природных задатков каждого человека

30. Установите соответствие между функциональными компонентами педагогической деятельности и их характеристиками.

1. Презентативная функция (B)
2. Интенсивная функция (C)
3. Корректирующая функция (A)

A. связана с исправлением результатов деятельности учащихся

B. состоит в изложении учащимся содержания материала

C. заключается в том, чтобы вызвать у учащихся интерес к усвоению информации

31. Установите соответствие между функциональными компонентами педагогической деятельности и их характеристиками.

1 .Коммуникативный компонент (A

2. Организаторский компонент (B)

3.Проектировочный компонент (C)

A. это специфика взаимодействия с учащимися

B. это система умений педагога организовывать собственную деятельность

C. это представления о перспективных задачах обучения и воспитания, о стратегиях и способах их достижения

32. Общение и деятельность строятся на творческом сотрудничестве учителя и ученика при стиле общения.

A. анархическом

B. либеральном

C. *демократическом*

D. авторитарном

33. Основой профессионально-педагогической направленности личности являются...

A. лидерские качества

B. гибкость и креативность мышления

C. *ценностные отношения к педагогической деятельности*

D. исполнительность и дисциплинированность

34.Своеобразие психики и **личности индивида, ее уникальность, неповторимость, проявляющаяся в свойствах темперамента, чертах характера, эмоциональной и интеллектуальной сферах, потребностях и способностях, называется...**

A. человеком

B. *индивидуальностью*
C. ЛИЧНОСТЬЮ
D. субъектом деятельности

35.Сильное, стойкое, длительное чувство, которое захватывает человека и владеет им. называется...

A. стрессом
B. *страстью*
C. рефлексией
D. вдохновением

36.Многоплановый процесс развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности, называется...

A. *общением*
B. привязанностью
C. социумом
D. взаимоотношениями

37. Индивидуально своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, называются...

A. чувствами
B. способностями
C. характером
D. *темпераментом*

38.Проявлением закона единства противоположностей является принцип _____в управлении педагогической системой.

A. целенаправленности
B. научной обоснованности
C. *единоначалия и коллегиальности*
D. системности и целостности

39.Управление, которое позволяет гибко реагировать на изменения во внешней среде и в самой педагогической системе, отличается...

A. рациональностью
B. технологичностью
C. авторитарностью
D. *адаптивностью*

40.К принципам образовательной политики России НЕ откосится принцип...

A. юсу дарственно-общественного характера управления образованием
B. свободы и плюрализма в образовании
C. гуманистического характера образования
D. *конфессиональности образования*

41. Правило: «от легкого к трудному, от известного к неизвестному» конкретизирует принцип...

A. наглядности
B. *научности*
C. прочности
D. доступности

42.Следуюшие признаки: двусторонний характер, совместная деятельность учителей и учащихся, руководство со стороны учителя характерны для...

A. результатов обучения
B. общения
C. методов обучения
D. *обучения*

43. Примером реализации принципа _____обучения является логическое изложение учителем учебного материала, установление внешних и внутренних связей между теориями и фактами.

A. научности
B. сознательности
C. развивающего и воспитывающего характера
D. *систематичности и последовательности*

44. Наиболее распространенным типом урока в практике школьного обучения является...

A. *комбинированный урок*
B. урок контроля знаний
C. компьютерный урок
D. урок индивидуальной работы с учащимися

45.Установите соответствие между свойствами современного образования и **их характеристиками.**

1. Индивидуализация образования (В)
2. Непрерывность образования (Б)
3. Гуманизация образования (А)

Укажите соответствие для каждого нумерованного элемента задания

A. это ориентация образовательной системы на уважение прав каждого человека
Б. это процесс постоянного образования, самообразования человека в течение всей жизнедеятельности
B. это учет и развитие индивидуальных особенностей учащихся в процессе обучения и воспитания

46.Установите соответствие между свойствами современного образования и их характеристиками.

1.Непрерывность образования (С)
2.Диверсификация образования (А)
3.Фундаментализация образования (В)

A. широкое многообразие учебных заведений, учебных программ и органов управления
B. усиление взаимосвязи теоретической и практической подготовки человека к современной жизнедеятельности
C. преемственность различных ступеней образования

47.Основная единица педагогического процесса ...

A. *педагогическая задача*
B. деятельность учащихся
C. деятельность педагога
D. учебный гол

48. Совокупность умений и навыков педагога по владению своим психофизическим аппаратом (мимикой, пластикой, интонацией ...) называется ...

A. *педагогической техникой*
B. педагогической технологией
C. педагогическим тактом
D. педагогической компетентностью

49.Функция педагогики, направленная на совершенствование конкретной практики обучения и воспитания человека, называется...

A. теоретической
B. *практической*

C. методологической
D. прогностической

50.Установите соответствие между видами педагогических целей и их характеристиками.

1.нормативно-государственные цели (C)
2. общественные цели (B)
3. инициативные цели (A)

A. это непосредственные цели, разрабатываемые самими педагогами-практиками и их учениками;
B. это цели различных слоев общества, отражающие их потребности, интересы и запросы по профессиональной подготовке;
C. это наиболее общие цели, определяющиеся в правительственных документах, в государственных образовательных стандартах.

51. Установите соответствие между видами образования и их элементами.

1. По виду доминирующего содержания (A)
2. По виду и мастерству освоения человеческой деятельности (C)
3. По уровню образования (B)

A. теоретическое и прикладное, гуманитарное и естественнонаучное и др.
B. начальное, неполное среднее, среднее, неполное высшее, высшее образование
C. музыкальное, художественное, техническое, педагогическое, медицинское и т.д.

52. Выявление социально-психологических взаимоотношений членов учебной группы в количественных параметрах осуществляется при помощи метода...

A. беседы
B. *социометрии*
C. изучения документов
D. наблюдения

ю

53. Систему мозговых структур и органов чувств, обеспечивающую восприятие, переработку и хранение информации, называют...

A. рефлексом
B. нейроном
C. импульсом
D. *анализатором*

54. Сознание бывает...

A. долговременным
B. *поверхностным*
C. процессуальным
D. религиозным

55. Специфической характеристикой тестирования является...

A. субъективность полученных результатов
B. глубина полученных результатов
C. *стандартизация процедуры*
D. индивидуальный подход в подборе заданий

56. Наибольшее развитие отечественная психологическая теория деятельности получила в трудах ...

В.М.Бехтерева А.В. Петровского *А.Н. Леонтьева* А.Р. Лурин

57. К деятельности как виду активности относится.

A. импульсивное поведение
B. *наличие цели*

C. психический компонент
D. бессознательный образ

58. Принципиальное отличие психики человека от животных заключается

A. наличии сознания и самосознания
B. использовании специальных сигналов для коммуникации
C. применении предметов окружающего мира в качестве средств достижения целей
D. интеллектуальной деятельности

59. Направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других называется...

A. осознанностью
B. рассеянностью
C. вниманием
D. восприятием

60. Схематизация как прием создания новых образов — это

A. объекту приписываются не свойственные ему качества
B. сглаживание различий предметов
C. *субъективное помещение объекта в новые ситуации*
D. произвольная регуляция познавательных процессов и состояний человека
J

61. Вид беззвучной речи, характеризующийся предельной свернутостью структуры и содержания и являющийся основным инструментом мышления, -это речь...

A. монологическая
B. эгоцентрическая
C. письменная
D. *внутренняя*

62. Результатом процесса обучения и воспитания в школе является...

A. получение специальности
B. повышение квалификации
C. *полное среднее образование*
D. социализация личности

67. Гуманизм, отзывчивость, справедливость, достоинство, стыд являются проявлениями _____чувств.

A. патриотических
B. эстетических
C. интеллектуальных
D. *этических*

68. Врожденные анатомо-физиологические особенности, составляющие природную основу развития способностей человека, называются ...

A. *задатками*
B. акцентуациями
C. привычками
D. умениями

69. Развитие добросовестного, ответственного, творческого отношения к различным видам деятельности, накопление профессионального опыта как условия выполнения важнейших обязанностей человека определяется как_____воспитание.

A. *трудовое*
B. правовое
C. экономическое
D. физическое

70. Развитие и подготовка добросовестного, ответственного и творческого отношения к различным видам труда составляет цель_____воспитания.

A. интеллектуального
B. *трудового*
C. эстетического
D. физического

71. Полные семьи, где нет согласия, где ссоры и перебранки возникают по всякому поводу и без повода, называются...

A. конструктивными
B. *деструктивными*
C. нуклеарными
D. формальными

подготовленности

72. Уровень и вид профессионально-педагогической специалиста называется педагогической(им)...

A. образованием
B. квалификацией
C. *специальностью*
D. специализацией

73. Координация и согласованность действий всех участников воспитательного процесса, служб, социальных институтов - это сущность принципа...

A. опоры на положительное воспитание
B. личностного подхода
C. общественной направленности воспитания
D. *единства воспитательных воздействий*

74. Авторитарному стилю педагогического общения характерно...

A. *жесткое управление и всеобъемлющий контроль;*
B. активное участие всех членов группы в обсуждении хода предстоящей работы и её организации;
C. стремление педагога установить благоприятный психологический климат в процессе общения;
D. самоустранение педагога от ответственности за происходящее в группе учащихся.

75. Сурдопедагогика_____

1. *наука о воспитании и обучении глухонемых и глухих детей **и** взрослых;*
2. изучает детей с нарушениями зрения;
3. разрабатывает специальные системы и методики обучения, включая обучение произноше-нию и развитие слухового восприятия;
4. осуществляет компенсацию, коррекцию и восстановление нарушенных функций при слепоте и слабовидении.

76. Установите соответствие между компонентами структуры педагогической деятельности и их характеристиками.

1. Конструктивная деятельность (B)
2. Организаторская деятельность (A)
3. Коммуникативная деятельность (C)

A. предполагает отбор, планирование и построение педагогического процесса
B. предполагает выполнение системы действий, направленных на включение учащихся в различные виды деятельности, создание коллектива и организацию совместной деятельности
C. направлена на установление педагогически целесообразных отношений педагога с воспитанниками, педагогами, родителями

77. Установите соответствие между понятиями и их определениями.

1. Социализация, осуществляемая в процессе практического участия детей в жизнедеятельности взрослых (производственной, ритуальной, бытовой) и ограниченная освоением опыта, передававшегося из поколения в поколение;
2. Идейные и ценностные установки, определяемые тем или иным обществом;
3. Комплекс воспитательных целей; людей их реализующих в процессе целенаправленной деятельности; отношений, возникающих между ее участниками.

A. воспитательная система; (3)
Б. цели воспитания; (2)
B. воспитание на ранней стадии развития человечества. (1)

78. Установите соответствие правил организации соревнования и их содержания.

1.Равные условия и правила участия для всех соревнующихся, четкий алгоритм этапов соревнования, критерии оценивания результатов;
2.Возможность ознакомления всех с результатами конкурса на специальных стендах, на линейках, по внутренней сети связи и т.д.;
3.Справедливое оценивание только показателей, создание экспертных групп на разных этапах из незаинтересованных лиц, которые работают только при одновременном представлении продуктов соревновательной деятельности;
4.Обязательное оглашение перспективного итога - приза соревнования, который является личностно и социально - значимым для соревнующихся.

А.независимая экспертиза; (3)
Б. гласность; (2)
B. организация соревнования; (1)
Г. перспектива. (4)

79. К механизмам социальной перцепции относят...

A. креативность
B. *идентификацию*
C. формирование реакции D.антиципацию

80. Готовность реагировать определенным образом на конкретные воздействия называется...

A. *фасилитацией*
B. образом
C. мотивом
D. установкой

81. Движущими силами процесса обучения являются его... А.условия
B. *закономерности*
C. принципы
D. противоречия

82. Принципиальное отличие психики человека от животных заключается в...

A. применении предметов окружающего мира в качестве средств достижения целей
B. использовании специальных сигналов для коммуникации

C. наличии сознания и самосознания
D. интеллектуальной деятельности

83. Учет возрастных особенностей учащихся при выборе содержания и методов обучения является примером реализации принципа_____обучения.

A. сознательности и активности
B. *систематичности и последовательности*
C. наглядности доступности

84. Основное содержание принципа
заключается в требовании,
чтобы все управленческие действия осуществлялись на основе научных методов и подходов.

A. научности
B. демократизации и гуманизации
C. *системности и целостности*
D. объективности и полноты информации

85. К принципам образовательной политики России НЕ относится принцип...

A. государственно-общественного характера управления образованием;
B. *свободы и плюрализма в образовании;*
C. *конфессионалъности образования;*
D. гуманистического характера образования.

86. Система непрерывного отслеживания развития и продуктивности педагогического процесса называется...

A. поперечным срезом
B. контролем
C. *мониторингом*
D. тестированием

87. Тип поведения, являющийся вершиной психического развития животных, называется...

A. чувствительностью
B. интеллектуальным повелением
C. раздражимостью
D. *волевым поведением*

88. На начальной стадии развития детского коллектива требования к его членам предъявляются...

A. активом
B. *педагогом*
C. администрацией образовательного учреждения
D. членами коллектива друг к другу.

89. Реальная направленность воспитательной деятельности родителей называется...

A. родительским авторитетом
B. родительской позицией
C. атмосферой семейного воспитания
D. *традициями семейного воспитания*

90. Движущими силами процесса обучения является(ются)...

A.*закономерности и принципы его построения*
B. противоречия, возникающие в ходе обучения
C. *профессионализм педагога*
D. *образовательная активность ученика*

91. Развитие интеллектуальных способностей человека, интереса к познанию окружающего мира и себя определяется как____воспитание.

A. физическое
B. *умственное*
C. трудовое
D. нравственное

92. Построение образа ситуации на основе рассказа реализуется при помощи_____воображения.

A. репродуктивного
B. предвосхищающего
C. антиципирующего
D. *продуктивного*

93. Установите соответствие между процессами памяти и их характеристиками.

1. Сохранение (A)
2. Воспроизведение (B)
3. Забывание (C)

Укажите соответствие для каждого нумерованного элемента задтшя

A. это процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала;
B. это восстановление прежде воспринятого материала;
C. это процесс, обратный запоминанию.

94. Мотивом, началом движения мышления становится появление ситуации.

A. идеальной
B. *проблемной*
C. стрессовой
D. реальной

95. Единство теоретической и практической готовности педагога к осуществлению педагогической деятельности составляет его...

A. *педагогическое мастерство*
B. квалификацию
C. специализацию
D. профессиональную компетентность

96. К формам организации учебной деятельности НЕ относится...

A. фронтальная
B. *идеальная*
C. индивидуальная
D.групповая

97. Ощущением называется психический процесс, состоящий в...

A. *отражении отдельных свойств предметов и явлений материального мира;*
B. опосредованном отражении отдельных свойств физического мира;
C. целостном отражении объектов окружающего мира;
D. обобщенном отражении предметов и явлений материального мира.

17

98. Степень сосредоточения на объекте характеризует такое свойство внимания, как...

A. *концентрация*
B. переключаемость
C. распределение
D. устойчивость

99. Возникновение экспериментального метода в психологии связано с работами...

A. Декарта (середина XVII в)
B. Аристотеля (конец IV в до н.э.)
C. И.П. Павлова (начало XX в)
D. *В.Вундта (середина XIX в)*

100. Автором принятой в отечественной психологии теории эволюции психики в филогенезе является...

A. П.Ф. Каптерев
B. М.Я. Басов
C. ЛЛ. Божовнч
D. *А.Н. Леонтьев*

101. Появление способностей к предметному восприятию и научению является признаком стадии развития психики.

A. непосредственной
B. перцептивной
C. опосредованной
D. *элементарной сенсорной*

102. Одним из принципов отечественной психологии является принцип...

A. *единства сознания и деятельности*
B. единства мышления и интуиции
C. научности
D. учета возрастных особенностей человека

103. К деятельности как виду активности относятся

A. *наличие цели*
B. бессознательный образ
C. психический компонент
D. импульсивное поведение

104. Специфической характеристикой тестирования является...

A. субъективность полученных результатов
B. глубина полученных результатов
C. индивидуальный подход в подборе заданий
D. *стандартизация процедуры*

105. Основными функциями педагогического процесса выступают...

A. стимулирующая, контролирующая, оценочная
B. прогностическая, организационная, коммуникативная
C. обучающая, развивающая, корректирующая
D. *образовательная, воспитательная, развивающая*

106. Установите соответствие между видами педагогических целей и их характеристиками.

1. Нормативно-государственные цели (C)
2. Общественные цели (A)
3. Инициативные цели (B)

A. это цели различных слоев общества, отражающие их потребности, интересы и запросы по профессиональной подготовке;
B. это непосредственные цели, разрабатываемые самими педагогами-практиками и их учениками;
C. это наиболее общие цели, определяющиеся в правительственных документах, в государственных образовательных стандартах.

107. Педагог при определении цели образовательной деятельности должен в первую очередь ориентироваться на...

A. собственные взгляды и жизненный опыт
B. пожелания родителей
C. *государственный образовательный стандарт*
D. потребности ребенка

108. Установите соответствие между видами памяти и их характеристиками.

1 Непроизвольная память (A)
2.Произвольная память (C)
3.Механическая память (B)

A. основана на целенаправленном запоминании материала с использованием специальных приемов
B. основана на повторении материала без его осмысления
C. основана на запоминании информации без специального заучивания

109. Определения, которые характеризуют авторитарный стиль педагогического общения:

1. формальное выполнение педагогом своих функциональных обязанностей.
2. *определение педагогом, исходя из собственных установок, положения и целей взаимодействия, субъективная оценка результатов деятельности;*
3. акцентирование педагогом внимания на негативных поступках учащегося без принятия во внимание их мотивов;
4. единоличное решение педагогом всех вопросов, касающихся жизнедеятельности как всего коллектива, так и каждого учащегося;
5. глубокое понимание педагогом целей и мотивов поведения учащегося.

110. Общение и деятельность строятся на творческом сотрудничестве учителя и ученика при_____стиле общения.

A. либеральном
B. *демократическом*
C. анархическом
D. авторитарном

111. Традиционно основными видами педагогической деятельности являются...

A. социализация и развитие
B. контроль и оценка
C. *преподавание и воспитательная работа*
D. управление и воспитание

112. Формирование морально-ценностных установок учащихся и их мировоззрения составляют основу_____умений педагога.

A. перцептивных
B. *ориентацнонных*
C. коммуникативных
D. информационных

113. Мгновенное осознание решения некоторых проблем - это ...

A. инсайт
B. выдвижение гипотезы
C. эвристика
D. аналитическое мышление

114. Конечным этапом решения педагогической задачи является...

A. регулирование педагогического процесса
B. *анализ результатов решения*

C. проектирование вариантов решения
D. вычленение педагогической проблемы

115. Полные семьи, где нет согласия, где ссоры и перебранки возникают по всякому поводу и без повода, называются...

A. конструктивными
B. формальными
C. *деструктивными*
D. нуклеарными

116. Сознательно воспринять предмет - это значит...

А.отнеспш воспринятый предмет к определенной группе, классу предметов, обобщить его в слове
B. просчитать возможные последствия взаимодействия с этим предметом
C. воспринять предмет под углом зрения потребностей
D. «создать» образ предмета, не используя в восприятии мышление, память, речь

117. Простейший психический процесс, который возникает в результате воздействия на органы чувств предметов или явлений окружающего мира и заключающийся в отражении их отдельных свойств, называется

A. восприятии
B. *ощущением*
C. реагированием
D. наблюдением

118. Развитие добросовестного, ответственного, творческого отношения к различным видам деятельности, накопление профессионального опыта как условия выполнения важнейших обязанностей человека определяется как _____воспитание.

A. правовое
B. физическое
C. экономическое
D. *трудовое*

119. Характер человека проявляется в...

A. *его отношение к себе, людям, деятельности, вещам*
B. интроверсии, экстраверсии, тревожности, импульсивности
C. чрезмерной выраженности отдельных личностных черт, граничащей с психопатиями
D. пластичности, ригидности, реактивности, темпе психических реакций.

120. Гуманизм, отзывчивость, справедливость, достоинство, стыд являются проявлениями_____чувств.

A. праксических
B. эстетических
C. *этических*
D. интеллектуальных

121. Наказание относится к группе методов...

A. развития
B. исследования
C. *стимулирования*
D. убеждения.

122. Мотивом, началом движения мышления становится появление ситуации.

A. *проблемной*
B. стрессовой

C. идеальной
D. реальной

123. Ошибочное восприятие реальных вещей или явлений называется...

A. бредом
B. *иллюзией*
C. агнозией
D. галлюцинацией

124. Суть «принципа параллельного действия», выдвинутого А.С.Макаренко заключается в том, что...

A. педагог предъявляет требования непосредственно воспитаннику;
B. воспитанник сам себе предъявляет требования;
C. требования к воспитаннику отсутствуют;
D. *педагог предъявляет требования к отдельному ученику через актив.*

125. Установите соответствие между мнемотехническими приемами и их описанием.

1.Метод группировки (A)
2.Метод рифм и ритма (B)
3.Цепной метод (C)

A. заключается в том, что необходимо сгруппировать материал таким образом, чтобы он укладывался в 7=2 единицы целостных образов;
B. служит опорой для группировок, которые осуществляются благодаря ритму (стихи запоминаются значительно легче прозы);
C. заключается в мысленном выстраивании элементов запоминаемого материала в виде определенной взаимосвязанной последовательности образов, как правило, зрительных.

126. Комплекс когнитивных (познавательных), эмоциональных и моторных процессов, в результате которых происходит обмен информацией и развитие контактов -это...

A. сознании
B. интеллект
C. воспитание
D. *общение*

127. Схематизация как прием создания новых образов - это....

A. *субъективное помещение объекта в новые ситуации*
B. объекту приписываются не свойственные ему качества
C. произвольная регуляция познавательных процессов и состояний человека
D. сглаживание различий предметов

128. К психическим процессам относится...

A. характер
B. способности
C. темперамент
D. *ощущение*

129. Государственные образовательные стандарты законодательно закрепляют _____воспитания и образования.

A. средства
B. *цели*
C. приемы
D. условия

130. Выделение в педагогических процессах и явлениях общих черт является сущностью метода...

A. моделирования

B. *обобщения*
C. абстрагирования
D. конкретизации

131. Взаимодействие педагогов и учащихся, направленное на достижение заданной цели и приводящее к заранее намеченному изменению состояния, преобразованию свойств и качеств восшпуемых, называется ...

A. *педагогическим процессом*
B. образовательным пространством
C. воспитательной системой
D. педагогической системой

132. Эффект взаимодействия людей, характеризующийся максимально возможной удовлетворенностью друг другом - это...

A. сплоченность группы
B. социализация
C. нонконформизм
D. *психологическая совместимость*

133. Процесс стихийного взаимодействия человека с **социальной средой называется...**

A. *социализацией*
B. воспитанием
C. развитием
D. самообразованием

134. Связь педагогики с социологией позволяет установить...

A. *закономерности социализации и воспитания личности в различных социальных институтах*
B. методологические основы педагогического знания
C. специфику действия экономических законов в сфере образования
D. механизмы и законы психической деятельности и развития личности

135. Принципиальное отличие психики человека от **животных заключается в...**

A. применении предметов окружающею мира в качестве средств достижения целей
B. использовании специальных сигналов для коммуникации
C. наличии сознания и самосознания
D. *интеллектуальной деятельности*

136. Психологией деятельности активно занимался...

A. Э. Кречмер
B. В.М. Бехтерев
C. *Л.Н. Леонтьев*
D. З.Фрейд

137. К проявлению бессознательного не относятся...

A. ошибки, оговорки
B. забывание
C. сновидения, мечты
D. *рефлексия*

138. Ученым, разработавшим физиологическую основу учения о типах темперамента, является...

A. Ибн-Сина
B. Конфуции
C. ФГалль
D. *ИЛ. Павлов*

самостоятельной и экспериментальной

139. Психология становится областью научного знания в ...

A. XX веке
B. XVIII веке
C. XVI веке
D. *XIXвеке*

140. Разделение или разграничение полномочий в коллективе характеризует принцип в управлении образовательными системами.

A. полноты и объективности информации
B. *рационального сочетания централизации и децентрализации*
C. гуманизации
D. научной обоснованности

141. Вид дополнительного профессионального образования, направленного на формирование готовности работника к выполнению более сложных трудовых функций, называется...

A. аттестацией
B. докторантурой
C. аспирантурой
D. *повышением квалификации*

142. Создание благоприятных условий для умственного, нравственного, эмоционального и физического развития личности, усвоения системы знаний о природе, обществе, человеке, формирование способов самостоятельной деятельности являются задачами...

A. коррекционных образовательных учреждений
B. дошкольных образовательных учреждений
C. *общеобразовательных учебныхучреждений*
D. учреждений послевузовского образования

143. К условиям эффективности контроля качества образовательного процесса относится...

A. согласованность действий контроля между членами администрации
B. неожиданный характер контроля
C. *наличие научно-обоснованных критериев результатов деятельности образовательного процесса*
D. высокая познавательная мотивация учащихся

144. Профессиограмма педагога включает в себя ...

A. квалификационные характеристики оценки педагогической деятельности
B. *системное описание социальных, психологических и иных требований к педагогической профессии*
C. умения и знания, составляющие профессиональную компетентность педагога
D. личностные качества и способности отдельного педагога.

145. Человека как индивида характеризует...

A. креативность
B. чувство долга
C. средний рост
D. *толерантность*

146. Формирование характера ...

A. не зависит от человека
B. *начинается в детстве*
C. определяется наследственностью
D. происходит в юношеском возрасте

147. К основным формам направленности личности (по К.К.Платонову) не относится...

А. фрустрация

В. интересы

С. убеждения

D. склонности

148. Уровень и вид профессионально-педагогической подготовленности специалиста называется педагогической(им)...

А. *квалификацией*

В. специальностью

С. образованием

D. специализацией

149. Выдвижение педагогических целей и задач и отбор способов их достижения составляет сущность умений педагога.

А. развивающих

В. перцептивных

С. *прогностических*

D. коммуникативных

150. Опора на реальные представления учеников составляет содержание принципа____обучения.

1. последовательности;

2 системности;

3. *наглядности;*

4. целостности.

151. Методы обучения, классифицирующиеся по способу усвоения изучаемого материала и относящиеся к репродуктивной группе - это

1 *метод неоднократного воспроизведения сообщенных знаний;*

2 исследовательский метод;

3 метод неоднократного воспроизведения показанных знаний;

4 частично - поисковый (эвристический) метод .

152. Установите соответствие понятий и их определений.

1.Процесс постоянного образования и самообразования человека в течение всей жизни;

2.Процесс освоения вида деятельности или области знаний, выходящих за рамки стандарта обязательного образования, направленный на удовлетворение интересов, склонностей и способностей и содействующий саморазвитию, самообразованию, и самореализации человека;

3.Реализации профессиональных образовательных программ начального, среднего, и высшего профессионального образования; подготовка и переподготовка специалистов соответствующего уровня.

А. профессиональное образование; (3)

Б. непрерывное образование; (1)

В. дополнительное образование. (2)

153. Каждый относительно законченный элемент деятельности, направленный на выполнение одной простой текущей задачи, называют

1. мотивом;

2. *действием;*

3. направленностью;

4. потребностью.

154. Чувственная ткань сознания содержит_____

1. смыслы;

2. *образы и представления;*
3. значения;
4. абстрактные умозаключения.

155. Наименьшая величина различий между раздражителям и, когда разница между ними еще улавливается (закон Вебера) - это ...

A. временной порог ощущений
B. *дифференциальный порог ощущений*
C. нижний порог ощущений
D. верхний порог ощущений

156. Факты, закономерности и механизмы психики являются предметом изучения в...

A. отечественной психологии
B. гештальтпсихологии
C. *когнитивной психологии*
D. бихевиоризме

157. Длительное удерживание внимания на объекте называется _____ внимания.

1. переключением
2. объемом
3. *устойчивостью*
4. распределением

158. Синонимом термина «восприятие» является...

A. апперцепция
B. осязание
C. *перцепция*
D. наблюдательность

159. Основу педагогического призвания составляет...

A. коммуникативная культура учителя
B. *любовь к детям*
C. профессиональная подготовка физическое и психическое здоровье

160. Установите соответствие между типичными ролевыми педагогическими позициями и их характеристиками.

1.Информатор (B)
2.Друг (A)
3.Диктатор (C)

A. это роль, в которой педагог стремится проникнуть в душу ребенка;
B. это роль, в которой педагог ограничивается сообщением требований, норм, воззрений и т.д.
C. это роль, в которой педагог насильственно внедряет нормы и ценностные ориентации в сознание воспитанников.

161. Привлечение внимания слушателей к излагаемому материалу при помощи риторического вопроса относится к_____способу.

A. невербальному
B. смешанному
C. *вербальному*
D. двигательно-знаковому

162. К отраслям педагогики как науки относятся ...

A. педагогика высшей школы, этика, педагогика профессионального образования
B. дидактика, философия образования, школоведение
C. *общая педагогика, история педагогики, дидактика*

D. школьная гигиена, психология, возрастная физиология

163. Основным противоречием педагогического процесса является противоречие между...

A. знаниями и умениями учащихся

B. педагогами и воспитанниками

C. его идеальными целями и реальными результатами

D. семьей и школой

164. Основы рефлекторной теории психики заложили работы...

A. З.Фрейда. А.Маслоу. К.Юнга

B. Л.С. Выготского. С.Л. Рубинштейна

C. *Р.Декарта- ИМ. Сеченова*

D. Аристотеля. Гиппократа. Платона

165. Специальная направленность взаимодействия учителей и учащихся на всестороннее развитие личности обучаемых составляет _____ функцию обучения.

A. специальную

B. образовательную

C. развивающую

D. социальную

166. Работа учителя, преподавателя с одним учеником, студентом (репетиторство, тьютерство. консультация) относятся к _____ форме обучения.

A. коллективной

B. индивидуальной

C. фронтальной

D.групповой

167. По сословному признаку образование подразделяется на...

A. отечественное и европейское

B. отечественное и международное

C. научное и элементарное

D. элитное и массовое

168. Наиболее общие правила, которые должны выполняться в практической деятельности на всех уровнях управления, называются_____управления.

A. формами

B. принципами

C. закономерностями

D. методами

169. Стиль педагогического общения, при котором педагог единолично определяет цели взаимодействия и субъективно оценивает результаты деятельности ученика, называется...

A. попустительским

B. демократическим

C. *авторитарным*

D. игнорирующим

170. Система действий педагога по включению учащихся в различные виды деятельности, созданию коллектива и организацию совместной деятельности составляет сущность_____деятельности.

A. конструктивной

B. организаторской

C. коммуникативной
D. контрольно-оценочной

171. Условия развития общества на современном этапе предъявляют такие требования к труду и личности педагога, как_____

1. *эрудиция; высокий профессиональный уровень и стремление к постоянному пополнению своих знаний;*
2. способность прививать исключительно собственные взгляды, убеждения и ценностные ориентации;
3.стремление привить к себе уважение любой ценой; 4 высокая культура и нравственность;
5. самоотдача, благородство, отзывчивость.

172. Внутрипрофессиональная деятельности обусловлена_____ дифференциация педагогической

1. профессиональными интересами педагогов;
2. увеличением спроса на квалифицированное обучение и воспитание;
3. изменением социально - экономических условий;
4. решением администрации образовательного учреждения;
5. усложняющимся характером воспитания и обучения.

173. Процесс становления человека под влиянием внешних и внутренних, управляемых и неуправляемых, социальных и природных факторов называется...

A. воспитанием
B. развитием
C. образованием
D. обучением

174. Результатом процесса обучения и воспитания в школе является ...

A. получение специальности
B. социализация личности
C. повышение квалификации
D. *полное среднее образование*

175. Важнейшими асоциальными причинами, вызывающими дисфункцию семейных отношений, являются...

A. низкий прожиточный уровень, безработица членов семьи, увеличение бытовых нагрузок
B. нарушение связи между поколениями, отсутствие одного из родителей, конфликты между родителями
C. алкоголизм родителей, наркомания, проституция, детская безнадзорность
D. жесткость, агрессивность, психические и сексуальные отклонения.

176. «Склеивание» различных в повседневной жизни несоединимых качеств, частей для создания нового образа называется...

A. гиперболизацией
B. схематизацией
C.типизацией
D. *агглютинацией*

177, Функцией воли является...

A. развитие личности
B. *регуляция поведения и деятельности*
C. психотерапевтическая
D. познание окружающей действительности

178. Возрасту от 0 до 2-х лет в концепции Ж.Пиаже соответствует__стадия

интеллектуального развития.

A. конкретно операциональная
B. дооперациональная
C. *сенсорно-моторная*
D. формально операциональная

179. Предметом исследований современной психологии являются...

A. процессы обучения и воспитания
B. механизм и закономерности функционирования души
C. факты и закономерности психической жизни
D. *закономерности развития и реализации поведения*

180. Выдвижение общей цели, формирование близких и дальних перспектив, выделение актива происходит на стадии_____.

1. расцвета;
2. стабилизации;
3. *становления;*
4. самоуправления.

181. Урок, лекция, семинар, учебная экскурсия, лабораторный практикум, консультация относятся к...

A. технологиям обучения
B. *формам организации учебной деятельности*
C. способам обучения
D. методам обучения

182. Установите соответствие понятий и их определений.

1. Углубление межгосударственного сотрудничества в области образования, равные условия партнерства государств и отдельных участников
2. Ориентация большинства стран на переход от элитного образования к высококачественному образованию для всех
3. Существенное увеличение в содержании образования гуманитарной составляющей, в том числе за счет введения новых человекоориентированных научных и учебных дисциплин

A. (2) Значительное распространение нововведений при сохранении сложившихся национальных традиций и стран и регионов;
B. (1) глобализация и межгосударственная интеграция образования;
C. (3) инновационность образования, гуманитаризация демократизация образования.

183. Процессом развития индивидуальных организмов называют

1. детерминацию;
2. эволюцию;
3. *онтогенез;*
4. филогенез.

184. Реакции, приобретенные данным организмом в процессе жизнедеятельности, называются_____

1. рефлекторной дугой;
2. *условными рефлексами;*
3. ориентировочными рефлексами;
4. безусловными рефлексами.

185. Поведение человека полностью зависит от внешних стимулов, и представляет собой усвоенную в предшествующем опыте реакцию на стимул, согласно _____

1. *бихевиоризму;*
2. теория личности А. Маслоу;

3. когнитивным теориям личности;
4. теории личности З.Фрейда.

186. Установите соответствие между направлениями педагогики и предметом их исследования

1. Возрастная педагогика; (В)
2. Коррекционная педагогика; (А)
3. Профессиональная педагогика. (Б)

А. изучает возможности обучения и воспитания детей с различными нарушениями;
Б. изучает закономерности обучения работающих людей, переориентацию их на новые средства производства, повышения их квалификации, переучивание новым профессиям;
В. исследует возрастные аспекты обучения и воспитания.

187. Сопоставьте педагогическую категорию с ее **определением.**

1.Процесс и результат количественных и качественных изменений в организме человека;
2.Процесс взаимодействия учителя и учащихся, в результате которого обеспечивается развитие человека;
3. Активная целенаправленная деятельность человека, направленная на самообразование, совершенствование положительных и преодоление отрицательных личностных качеств;
4. Процесс становления человека как социального существа под воздействием всех без исключения факторов: экономических, социальных, идеологических, психологических и др.

А. развитие; 4
Б. обучение; 2
В. формирование1;
Г. самовоспитание3

188. Установите соответствие между педагогическими понятиями и их характеристиками.

1 .Педагогический процесс; В
2.Педагогическая система; Б
3.Педагогическое взаимодействие. А

А. это преднамеренный контакт педагога и воспитанников, следствием которого являются взаимные изменения в их поведении, деятельности и отношениях;
Б. это множество взаимосвязанных структурных компонентов, объединенных общей образо-вательной целью и функционирующих в целостном педагогическом процессе;
В. это движение от целей образования к его результатам путем обеспечения единства обучения и воспитания.

3. Рекомендации по подготовке к экзамену (зачету)

Целью промежуточного зачета и экзамена является выявление уровня освоения компетенций.

Для подготовки обучающихся к зачету и экзамену предусмотрены перечни вопросов, охватывающих основные темы.

Преподавателю предоставляется право поставить автоматическую оценку за зачет или экзамен без опроса обучающимся, которые показали высокую успеваемость и активно участвовали в работе на всех видах занятий по данной дисциплине.

Неявка на зачет или экзамен отмечается в зачетной ведомости «не явился». Если неявка произошла по неуважительной причине, то по результатам проведенной проверки обучающемуся выставляется такая же оценка, как и в случае отказа от ответа («не зачтено», «неудовлетворительно»).

Обучающийся, получивший по результатам зачета или экзамена оценку «не зачтено», «неудовлетворительно» сдает их повторно.

Перед началом зачета и экзамена учебная группа в полном составе представляется преподавателю, который проводит краткий инструктаж и выявляет наличие больных, которые к аттестации не допускаются.

Обучающийся предъявляет преподавателю свою зачетную книжку, после чего берет билет, называет его номер, получает чистые маркированные листы бумаги для записей ответов и приступает к подготовке ответа

В аудитории могут одновременно находиться не более пяти отвечающих. Для подготовки к ответу отводится 20 минут.

После подготовки к ответу или по истечении отведенного для этого времени обучающийся докладывает преподавателю о готовности и с его разрешения или по вызову отвечает на поставленные в билете вопросы.

По окончании ответа на вопросы билета могут быть заданы дополнительные и уточняющие вопросы в пределах учебного материала, вынесенного на аттестацию.

Обучающимся, которые были замечены в использовании неразрешенных пособий и различного рода записей, а также нарушающим установленные правила поведения на зачете или экзамене, могут даваться дополнительные задания по любому из вынесенных на зачет или экзамен разделов дисциплины.

Результат по сдаче зачета и экзамена объявляется обучающимся, вносится в экзаменационную ведомость и электронный журнал.

Знания, умения и навыки обучающихся на зачете определяются оценками «зачтено» и «не зачтено». На экзамене – «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При получении неудовлетворительной оценки на зачете или экзамене повторная сдача осуществляется в другие дни, установленные кафедрой.

Критерии оценивания и показатели сформированности компетенций для промежуточной аттестации

Критериями оптимального усвоения знаний, умений и навыков при проведении промежуточной аттестации обучающихся (при завершении этапа формирования компетенций) являются объем, системность, осмысленность, прочность и действенность знаний обучающихся.

Показатели оценивания качества устного ответа обучающегося при промежуточной аттестации по дисциплине «Психология и педагогика» приведены в таблице.

	Показатели для оценки устного ответа на экзамене (зачете)	Показатели достижения планируемого уровня компетенций	Коды компетенций	Шкала оценивания
	- не раскрыто основное содержание учебного материала; – обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; – допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов.	обучающийся имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала по дисциплине; не способен аргументированно и последовательно его излагать, допускает грубые ошибки в ответах, неправильно отвечает на задаваемые комиссией вопросы или затрудняется с ответом.	УК-4, УК-5 УК-6, УК-11 ОПК-10, ПК-16	*Оценка «2»* неудовлетвори-тельно
	– неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала; – усвоены основные категории по рассматриваемому и дополнительным вопросам; – имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, формулировках законов, исправленные после нескольких наводящих вопросов.	обучающийся показывает знание основного материала в объеме, необходимом для предстоящей профессиональной деятельности; при ответе на вопросы билета и дополнительные вопросы не допускает грубых ошибок, но испытывает затруднения в последовательности их изложения; не в полной мере демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций.	УК-4, УК-5 УК-6, УК-11 ОПК-10, ПК-16	*Оценка «3»* удовлетворительно
	- продемонстрировано умение анализировать материал, однако не все выводы носят	Обучающийся показывает полное знание программного материала, основной и	УК-4, УК-5 УК-6, УК-11	*Оценка «4»* хорошо

	аргументированный и доказательный характер; – в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены один – два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию преподавателя	дополнительной литературы; дает полные ответы на теоретические вопросы билета и дополнительные вопросы, допуская некоторые неточности; правильно применяет теоретические положения к оценке практических ситуаций; демонстрирует хороший уровень освоения материала и в целом подтверждает освоение компетенций, предусмотренных программой	ОПК-10, ПК-16	
	- полно раскрыто содержание материала; – материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности; – продемонстрировано системное и глубокое знание программного материала; – точно используется терминология; – показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации; – продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость	Обучающийся показывает всесторонние и глубокие знания программного материала, знание основной и дополнительной литературы; последовательно и четко отвечает на вопросы билета и дополнительные вопросы; уверенно ориентируется в проблемных ситуациях; демонстрирует способность применять теоретические знания для анализа практических ситуаций, делать правильные выводы, проявляет творческие способности в понимании, изложении и использовании	УК-4, УК-5 УК-6, УК-11 ОПК-10, ПК-16	*Оценка «5»* отлично

	компетенций, умений и навыков; – ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов; – продемонстрирована способность творчески применять знание теории к решению профессиональных задач; – продемонстрировано знание современной учебной и научной литературы; – допущены одна – две неточности.	программного материала; подтверждает полное освоение компетенций, предусмотренных программой		

Психологические рекомендации

Готовиться к зачету и экзамену необходимо последовательно, с учетом контрольных вопросов, разработанных кафедрой. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме.

Для обеспечения полноты ответа на контрольные вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед зачетом за счет обращения не к литературе, а к своим записям.

При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Нельзя ограничивать подготовку к зачету или экзамену простым повторением изученного материала. Необходимо углубить и расширить ранее приобретенные знания за счет новых идей и положений.

Любой вопрос при сдаче зачета и экзамена необходимо излагать с позиции значения для профессиональной деятельности в ГПС МЧС России.

Значительную роль при сдаче зачета и экзамена играет поведение обучающегося:

Уверенность и спокойствие! Взяли билет – не торопитесь. Прочитайте весь билет до конца и начните с самого легкого вопроса. Постройте свой ответ по принципу «от легкого к сложному». Главное – не молчите! Говорить старайтесь ровно, без длинных пауз. Молчание часто расценивается как незнание и порождает массу дополнительных вопросов. Начните с того, в чем вы уверены на 100%, первые правильные фразы, бодрые интонации в вашем ответе произведут благоприятное впечатление.

«Не могу ничего вспомнить». Если возникла такая ситуация, то сделайте следующее. Разделите листок на две части: в правой напишите все, что знаете; в левой – то, что вам неизвестно. Из данных в правой части составьте план ответа. Пишите все, что вспоминается, используйте яркие примеры. Подробный план-конспект может очень пригодиться последовательно восстановить информацию в памяти. Лучше ответить не все, но четко и логично.

Зачет и экзамен – это творческий процесс. Помните, что преподаватель знает весь сдаваемый вами материал «назубок». И от того, как вы будете преподносить материал, зависит, вызовет это интерес у преподавателя или нет. Подойдите к процессу сдачи зачета и экзамена творчески. Научитесь представлять себя в разных эмоциональных состояниях. Вспомните поведение и ответы других экзаменующихся, которые вам понравились. Выберите для себя наиболее приемлемую тактику поведения.

Наглядность. Если при ответе у вас есть возможность нарисовать график или схему – воспользуйтесь этим не задумываясь. Особенно удачно выглядит построение графика не заранее, а по ходу ответа. Тем самым вы демонстрируете свободное владение темой и высокий уровень абстрактного мышления. Ваши слова педагог может забыть, а график – это реальное, вещественное отражение ваших знаний.

Информация, сообщаемая на зачете или экзамене, должна быть полной, ясной, содержательной. Не следует слишком растягивать свой ответ. Акцентируйте важные слова. В любую самую обыкновенную фразу можно вложить столько значений, сколько в ней слов. Отвечайте последовательно. Старайтесь придерживаться составленного вами плана ответа – это сделает ваш ответ более уверенным и логичным.

Ответ почти закончен, и важно логично его завершить обобщением. Оно не должно сводиться к простому повторению наиболее важных положений ответа – необходимо лишь выделить и изложить одну-единственную основную мысль (четко, ярко, убедительно). Завершить ответ можно с использованием следующих фраз: «Итак, можно прийти к выводу…», «Таким образом...», «Подводя итоги...»

3.1 Типовые оценочные средства, пример разбора билета для зачета

Вопросы для подготовки к зачету

1. Роль психологии в профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России.
2. Значение педагогических знаний в деятельности сотрудников ГПС МЧС России.
3. Предмет и объект психологии. Мозг, психика, сознание.
4. Структура психики. Психика и организм. Основные функции психики.
5. Соотношение сознания и бессознательного. Структура сознания.
6. Развитие психики в процессе онтогенеза и филогенеза.
7. Сравнение психики человека и животных.
8. Отрасли современной психологии.
9. Предмет, объект, основные задачи и функции педагогики.
10. Категории педагогики: воспитание, обучение, образование.
11. Категории педагогики: педагогическая деятельность, педагогическое взаимодействие, педагогические технологии, педагогическая задача.
12. Категории педагогики: педагогическая деятельность, педагогический процесс.
13. Задачи педагогической науки и практики на современном этапе ее развития.
14. Современные тенденции развития педагогической науки и практики: гуманизация, гуманитаризация, экологизация, демократизация.
15. Отрасли педагогики.
16. Психика, поведение, деятельность. Деятельность и активность.
17. Деятельность человека и ее психологические особенности. Внешний и внутренний план деятельности. Структура деятельности.
18. Основные виды деятельности человека.
19. Психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России.
20. Психологический анализ основных видов деятельности в подразделениях ГПС МЧС России.
21. Влияние экстремальных условий служебной и боевой деятельности на психику и здоровье пожарных.
22. Общие характеристики психологического воздействия экстремальных ситуаций: новизна, внезапность, необычность, дезорганизация деятельности индивида, возможная угроза жизни.
23. Психология личности. Индивид, личность, субъект, индивидуальность.

24. Целостность духовной и биологической природы человека. Биологическое и социальное развитие личности. Факторы и движущие силы психического развития.

25. Основные теоретические подходы к изучению личности: описательный (Кречмер, Шелдон, Г. Олпорт, Р. Кеттелл, Г. Айзенк).

26. Основные теоретические подходы к изучению личности: бихевиористский (Б.Ф. Скиннер и др.).

27. Основные теоретические подходы к изучению личности: психодинамический (З. Фрейд, А. Адлер).

28. Основные теоретические подходы к изучению личности: гуманистический (А. Маслоу).

29. Основные теоретические подходы к изучению личности: Эго – психология (Э. Эриксон, Э. Фромм, К. Корни).

30. Перцептивный мир специалиста ГПС МЧС России.

31. Особенности познавательной сферы и профессионального мышления сотрудника ГПС МЧС России.

32. Психологическая структура личности: темперамент; характер; способности и задатки.

33. Эмоционально – волевая сфера личности.

34. Эмоции и чувства.

35. Психологический портрет личности сотрудника ГПС МЧС РФ.

36. Требования к психологическому профилю личности сотрудника ГПС МЧС России с учетом направлений деятельности.

37. Профессиональная пригодность сотрудников ГПС МЧС РФ.

38. Проблема психологического отбора в системе ГПС МЧС РФ.

39. Специфика изучения личностных особенностей сотрудников.

40. Роль воспитательной работы в формировании личности сотрудника ГПС МЧС России.

41. Сущность, задачи и принципы процесса воспитания.

42. Методы воспитания.

43. Стили и типы педагогического воздействия.

44. Сущность и задачи самовоспитания.

45. Направления воспитательной работы: правовое (антикоррупционная составляющая); нравственное; экономическое; воинское; физическое воспитание.

46. Роль государственно-патриотического воспитания в организации работы с личным составом.

47. Сущность, задачи, средства и методы индивидуально-воспитательной работы.

48. Социально-психологическая характеристика коллективов подразделений пожарной охраны.

49. Психология малых групп.

50. Организация совместной деятельности и формирование межличностных отношений: межгрупповые отношения и взаимодействия; проблема эффективности групповой деятельности.

51. Организация совместной деятельности и формирование межличностных отношений: социокультурная толерантность и ее сущностные характеристики; психология межкультурного взаимодействия.

52. Особенности изучения динамических процессов в группах.

53. Специфика изучения социально-психологического климата в коллективах подразделений ГПС МЧС РФ.

54. Общение как социально-психологический процесс.

55. Психология профессионального общения.

56. Учет эффектов межличностного восприятия в организации делового общения сотрудников.

57. Психология социальных, этнических, конфессиональных и культурных различий участников делового общения.

58. Принципы делового общения в профессиональной деятельности сотрудника ГПС МЧС.

59. Классификация средств и видов общения.

60. Психология конфликта. Структура конфликтной ситуации.

61. Динамика развития конфликта.

62. Конфликты в различных сферах человеческого взаимодействия.

63. Стратегии поведения сотрудников подразделений ГПС МЧС России в конфликтных ситуациях.

64. Технологии предупреждения и разрешения конфликтов в подразделениях.

65. Психологическая структура процесса управления, его социально-психологические функции.

66. Управленческая компетентность руководителей подразделений ГПС МЧС России.

67. Психологические особенности руководства в нестандартных ситуациях.

68. Психология принятия управленческих решений в кризисных ситуациях.

69. Социальная и этическая ответственность руководителя за принятые решения.

70. Психологические типы руководителей.

71. Специфика профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России.

72. Роль профессионального образования в подготовке сотрудников ГПС МЧС России.

73. Образование как социокультурный феномен и педагогический процесс.

74. Образовательная система МЧС.

75. Управление образовательной системой.

76. Особенности профессионального образования и тенденции его развития.

77. Цели, содержание, структура непрерывного образования, единство образования и самообразования.

78. Место психологической подготовки в системе общей профессиональной подготовки.

79. Психологическая готовность специалиста ГПС МЧС России.

80. Основы дидактики и задачи обучения личного состава подразделений ГПС МЧС России.

81. Профессиональное обучение как педагогический процесс.

82. Образовательная, воспитательная и развивающая функции обучения. Методы обучения.

83. Формы организации учебно-профессиональной деятельности.

84. Особенности применения классических и передовых педагогических технологий в процессе профессионального обучения сотрудников ГПС МЧС России.

85. Специфика форм и средств обучения в системе профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России.

86. Психолого-педагогическая оценка деятельности по организации обучения в области пожарной безопасности.

87. Составление учебно-методических документов в соответствии с требованиями нормативных документов Министерства общего и профессионального образования и МЧС России.

88. Роль педагогической культуры в формировании личности сотрудника ГПС МЧС РФ.

Варианты тестовых заданий на зачет обучающихся по дисциплине «Психология и педагогика»

ВАРИАНТ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ 1

Специальность: 20.03.01 Техносферная безопасность
Дисциплина: Психология и педагогика
Звание, фамилия, имя, отчество обучающегося ___
Факультет _____курс____учебная группа_____
Дата проведения тестирования_____

ЗАДАНИЕ N 1

Успешность (точность) восприятия людей зависит от …

a) от личных качеств субъектов восприятия
b) особенностей проявления механизмов восприятия у его субъектов
c) восприятия времени
d) восприятия пространства

ЗАДАНИЕ N 2

Интенсивность ощущений зависит от _____ и _____.

a) силы действующего раздражителя
b) возраста человека
c) половой принадлежности
d) профессии

ЗАДАНИЕ N 3

В зависимости от приемов заучивания различают _____ и _____ память.

a) механическую
b) смысловую
c) оперативную
d) иконическую

ЗАДАНИЕ N 4

Условиями возникновения непроизвольного внимания являются _____, _____ объектов.

a) новизна
b) необычность
c) слабое воздействие
d) неподвижность

ЗАДАНИЕ N 5

Процесс мышления …

a) носит опосредованный характер
b) опирается на имеющиеся знания
c) не связан с практической деятельностью
d) относится к чувственной ступени познания

ЗАДАНИЕ N 6

К этапам творческого воображения относятся _____и _____.

a) возникновение творческой идеи
b) «вынашивание» замысла
c) воспроизведение известного способа
d) использование известного способа

ЗАДАНИЕ N 7

В средние века развитие системы образования в Западной и Центральной Европе находилось в полной зависимости от …

a) христианской религиозной идеологии
b) культурного наследия античного мира
c) развития мореплавания
d) технического прогресса

ЗАДАНИЕ N 8

Аналитическая функция педагогики состоит …

a) в анализе, обобщении, интерпретации и оценке педагогического опыта
b) в разработке новых педагогических технологий
c) в научно-методическом обеспечении управления образовательными структурами
d) во внедрении достижений педагогической науки в образовательную практику

ЗАДАНИЕ N 9

Установите соответствие между отраслями педагогики и предметом их изучения.

1. Общая педагогика
2. Возрастная педагогика
3. Коррекционная педагогика
4. Частные методики

a) исследует основные закономерности образования
b) изучает возрастные аспекты обучения и воспитания (дошкольная, школьная, педагогика взрослых)
c) изучает обучение и воспитание глухих и слабослышащих, слепых и слабовидящих, умственно отсталых и детей с задержками умственного развития, детей с нарушениями

речи
d) предметные дидактики, исследующие специфику применения общих закономерностей обучения к преподаванию отдельных учебных предметов
e) рассматривает социальное воспитание всех возрастных групп и социальных категорий людей в организациях, специально для этого созданных

ЗАДАНИЕ N 10

По конечным целям эксперимент делится на …
a) констатирующий
b) преобразующий
c) естественный
d) лабораторный

ЗАДАНИЕ N 11

Цели воспитания бывают …
a) общими
b) индивидуальными
c) формальными
d) абстрактными

ЗАДАНИЕ N 12

Закономерность стимулирования в педагогическом процессе раскрывается в том, что продуктивность данного процесса зависит от …
a) действия внутренних стимулов учебно-воспитательной деятельности и интенсивности, характера и своевременности внешних стимулов
b) потребностей общества и личности
c) наследственности воспитанников
d) интенсивности и качества чувственного восприятия воспитанников и логического осмысления ими воспринятого

ЗАДАНИЕ N 13

Социальная типология характера, предложенная Э. Фроммом, основана на отношении человека к _____ и _____.
a) жизни, обществу
b) нравственным ценностям
c) явлениям природы
d) времени

ЗАДАНИЕ N 14

Установите соответствие между волевыми качествами личности и их определениями.
1. Выдержка.
2. Смелость.
3. Организованность.
4. Дисциплинированность.
a) умение затормозить действия, чувства и мысли, мешающие осуществлению принятого решения
b) умение побороть страх и идти на оправданный риск ради достижения цели, несмотря на опасности для личного благополучия или даже жизни
c) разумное планирование и упорядоченная организация своей деятельности
d) сознательное подчинение своего поведения, общепринятым нормам, установленному порядку
e) умение работать творчески, предпринимая действия и поступки по своему почину

ЗАДАНИЕ N 15

Группы людей, между которыми устанавливаются устойчивые эмоциональные отношения, личные взаимосвязи, основанные на их индивидуальных особенностях, носят название _____ групп.
a) первичных

b) условных
c) паритетных
d) вторичных

ЗАДАНИЕ N 16

По Э. Эриксону в возрасте 20 лет в процессе неконструктивного разрешения жизненного кризиса формируется …

a) психологическая изолированность
b) несамостоятельность
c) эгоцентризм
d) чувство собственной неполноценности

ЗАДАНИЕ N 17

На установление педагогически целесообразных отношений педагога с воспитанниками, другими педагогами школы, представителями общественности, родителями направлена _____ деятельность педагога.

a) коммуникативная
b) конструктивная
c) организаторская
d) исследовательская

ЗАДАНИЕ N 18

К перцептивным способностям педагога относятся …

a) профессиональная зоркость, эмпатия, педагогическая интуиция
b) расположенность к людям, доброжелательность, общительность, распределенность внимания
c) соответствие позиции воспитанников, искренность и открытость, оптимистическое прогнозирование
d) самоанализ своего поведения, самоконтроль в процессе общения, помощь воспитанникам в осмыслении того, что происходит с ними

ЗАДАНИЕ N 19

К условиям эффективности контроля качества образовательного процесса при организации обучения в области пожарной безопасности относится...

a) согласованность действий между членами администрации
b) неожиданный характер контроля
c) наличие научно-обоснованных критериев результатов деятельности образовательного процесса
d) высокая познавательная мотивация обучающихся

ЗАДАНИЕ N 20

Установите соответствие между видами педагогической деятельности и соответствующими им педагогическими действиями.

1. Рефлексивная.
2. Конструктивная.
3. Коммуникативная.

a) определение направлений коррекции своей деятельности и профессионального совершенствования
b) определение педагогических условий: материальных, организаторских, психологических
c) восприятие психологического состояния партнеров по общению
d) выдвижение педагогических целей, предвидение результатов

ЗАДАНИЕ N 21

Свойство головного мозга, обеспечивающее человеку и животным способность отражать воздействия предметов и явлений реального мира, называется …

a) психикой
b) деятельностью
c) личностью

d) поведением

ЗАДАНИЕ N 22

К симптомам кризиса семи лет относятся …

a) потеря детской непосредственности

b) синдром «горькой конфеты»

c) чувство взрослости

d) своеволие

ЗАДАНИЕ N 23

В истории развития научной психологии выделяют _____ этапа (-ов).

a) четыре

b) три

c) два

d) пять

ЗАДАНИЕ N 24

_____ дуга состоит из рецептора, афферентного нерва, центрального звена, эфферентного звена и эффектора (мышцы или железы).

a) Рефлекторная

b) Афферентная

c) Эфферентная

d) Мышечная

ЗАДАНИЕ N 25

К проявлениям самосознания относятся _____ и _____.

a) образ «Я»

b) уровень притязаний

c) интерференция

d) реминесценция

ЗАДАНИЕ N 26

Установите соответствие между структурными компонентами деятельности и их определениями.

1. Мотив
2. Цель
3. Действие
4. Результат

a) внутренние побудительные силы человека, заставляющие человека заниматься той или иной деятельностью

b) образ конечного результата деятельности

c) структурная единица деятельности, которая определяется направлением на достижение цели

d) то, чего достигает человек в ходе деятельности

e) нужда человека в чем-либо

ЗАДАНИЕ N 27

Специфическими чертами коллективов подразделений ГПС МЧС России являются:

a) специфическая цель деятельности;

b) принцип единоначалия;

c) либеральный стиль руководства;

d) диффузные отношения.

ЗАДАНИЕ N 28

Способность сотрудника к разрешению конфликта путем взаимных уступок называется:

a) соперничеством;

b) сотрудничеством;

c) компромиссом;

d) приспособлением.

ЗАДАНИЕ N 28

Совокупность профессиональных физиологических, антропометрических, психологических и социальных возможностей и ограничений человека, неучет которых может привести к ошибочным действиям – это:
a) длительное ожидание;
b) человеческий фактор;
c) профессиональная компетентность;
d) уровень тревожности.

ЗАДАНИЕ N 29

Целесообразная активность, четкое восприятие и осмысление ситуации, высокий самоконтроль, адекватные действия характеризуют следующие формы реагирования на стресс:
a) тормозной тип дезадаптивного поведения;
b) панику;
c) импульсивный тип дезадаптивного поведения;
d) адаптивный тип поведения.

ЗАДАНИЕ N 30

Применение изучаемого материала в практической деятельности в ходе обучения в области пожарной безопасности является условием обеспечения:
a) принципа систематичности и последовательности в обучении;
b) принципа наглядности в обучении;
c) принципа связи теории с практикой;
d) принципа воспитывающего обучения.

ВАРИАНТ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ 2

Специальность: 20.03.01 Техносферная безопасность
Дисциплина: Психология и педагогика
Звание, фамилия, имя, отчество обучающегося _____
Факультет _____курс____учебная группа_____
Дата проведения тестирования_____

ЗАДАНИЕ N 1

Установите соответствие между педагогическими категориями и их характеристиками.
1. Педагогическое взаимодействие
2. Педагогическая технология
3. Педагогическая деятельность

a) преднамеренный контакт педагогов и воспитанников, результатом которого являются взаимные изменения в поведении, деятельности и отношениях
b) научное проектирование и точное воспроизведение гарантирующих успех педагогических действий
c) разновидность профессиональной деятельности, направленная на передачу социокультурного опыта посредством обучения и воспитания
d) процесс оказания помощи учащимся в выборе профессии в соответствии со способностями и склонностями

ЗАДАНИЕ N 2

К объективным причинам формирования целей воспитания относятся …
a) достижения философской и педагогической мысли
b) уровень общественной культуры
c) требования системы профессиональной подготовки МЧС России
d) требования христианских добродетелей

ЗАДАНИЕ N 3

Социометрические методы дают возможность оценивать …
a) структуру малых групп
b) статус отдельной личности в группе
c) индивидуальные психологические особенности членов группы

d) психические состояния членов группы в момент изучения

ЗАДАНИЕ N 4

Ориентация образовательных учреждений на достижения учащихся или студентов при учете, удовлетворении и развитии интересов, склонностей и способностей всех участников образовательного процесса называется …

a) дифференциацией
b) индивидуализацией
c) стандартизацией
d) фундаментализацией

ЗАДАНИЕ N 5

Образование как реальный целостный педагогический процесс, целенаправленно организуемый в специальных социальных институтах является _____ педагогики.

a) предметом
b) объектом
c) задачей
d) функцией

ЗАДАНИЕ N 6

Структура педагогического процесса исключает такой компонент, как …

a) педагогические методы, приемы, средства, формы
b) педагоги и воспитанники
c) педагогические задачи
d) виды педагогического взаимодействия

ЗАДАНИЕ N 7

Существуют классификации видов ощущений по _____ и _____.

a) контакту с раздражителем
b) месту расположения рецепторов
c) силе воздействия раздражителя
d) продолжительности воздействия раздражителя

ЗАДАНИЕ N 8

____ и_____ информации на короткий срок после однократного и очень непродолжительного восприятия называется кратковременной памятью.

a) Запоминание
b) Сохранение
c) Забывание
d) Припоминание

ЗАДАНИЕ N 9

Существуют классификации видов мышления по _____ и _____.

a) степени развернутости
b) форме
c) скорости
d) степени увлеченности

ЗАДАНИЕ N 10

Распределение внимания – это возможность человека …

a) иметь в сознании одновременно несколько разнородных объектов
b) выполнять деятельность, состоящую из множества одновременных операций
c) иметь в сознании один объект
d) выполнять одну простую операцию

ЗАДАНИЕ N 11

Успешность (точность) восприятия людей зависит от …

a) от личных качеств субъектов восприятия
b) особенностей проявления механизмов восприятия у его субъектов
c) восприятия времени

d) восприятия пространства

ЗАДАНИЕ N 12

Воображение тесно взаимосвязано с _____ и _____.

a) восприятием
b) памятью
c) темпераментом
d) половой принадлежностью

ЗАДАНИЕ N 13

Установите соответствие между основными компонентами волевого действия и их характеристикой.

1. Желание
2. Влечение
3. Намерение
4. Волевое усилие

a) существующее идеально содержание потребности
b) переходное состояние, переживаемое как специфическое тягостное состояние в виде тоски или неопределенности
c) внутренняя подготовка отсроченного действия, представляющая собой зафиксированную решением направленность на осуществление цели
d) форма эмоционального стресса, мобилизующая внутренние ресурсы человека и создающая дополнительные мотивы к действию по достижению цели
e) выбор цели и способа деятельности

ЗАДАНИЕ N 14

Устойчивая во времени организационная группа взаимодействующих людей со специфическими органами управления, объединенных целями совместной общественно-полезной деятельности и сложной динамикой формальных и неформальных взаимоотношений между членами группы называется …

a) коллективом
b) корпорацией
c) кооперацией
d) ассоциацией

ЗАДАНИЕ N 15

Авторами конституционных типологий темперамента являются …

a) Э. Кречмер
b) У. Шелдон
c) А. Е. Личко
d) Я. Стреляу

ЗАДАНИЕ N 16

Главным в характеристике личности является ее _____ сущность.

a) общественная
b) биологическая
c) телесная
d) индивидуальная

ЗАДАНИЕ N 17

К сфере человеческого сознания относится способность к _____ и _____.

a) рассуждениям
b) абстрактному мышлению
c) интуитивному мышлению
d) импульсивному поведению

ЗАДАНИЕ N 18

Установите соответствие между особенностями деятельности и их описанием.

1. Общественный характер

2. Целенаправленность
3. Плановость
4. Систематичность

a) в деятельности человек выполняет действия, открытые и усовершенствованные обществом в процессе исторического развития

c) любая деятельность состоит из отдельных действий, объединенных определенной целью

e) в любом виде деятельности действия строятся по определенному плану

g) в любом виде деятельности действия представляют определенную систему

i) обусловленность деятельности прошлым опытом, потребностями, установками, эмоциями, целями, мотивами

ЗАДАНИЕ N 19

_____ индукция предполагает развитие торможения после исчезновения в какой-то части головного мозга возбуждения и наоборот.

a) Последовательная
b) Одновременная
c) Пространственная
d) Устойчивая

ЗАДАНИЕ N 20

Протекание возрастных кризисов зависит от _____ личности.

a) темперамента
b) характера
c) роста
d) веса

ЗАДАНИЕ N 21

По мнению _____, душа не имеет ничего общего с материей и в отличие от нее идеальна.

a) Платона
b) К. К. Платонова
c) Р. Декарта
d) Д. Локка

ЗАДАНИЕ N 22

_____ наблюдение не имеет заранее установленных рамок и программы и процедуры проведения.

a) Свободное
b) Стандартизированное
c) Включенное
d) Внешнее

ЗАДАНИЕ N 23

Уровень и вид профессионально-педагогической подготовленности, характеризующей возможности специалиста в решении определенного класса задач определяется как педагогическая …

a) квалификация
b) специализация
c) специальность
d) деятельность

ЗАДАНИЕ N 24

Умение слушать и слышать собеседника, умение задавать вопросы, устанавливать контакты, понимать партнера по общению, грамотно ориентироваться в различных ситуациях общения, умение видеть и верно интерпретировать поведенческие реакции людей, умение проявлять и передавать свое отношение по поводу чего-либо, готовность и желание общаться – все это компоненты …

a) культуры педагогического общения

b) культуры речи педагога
c) нравственной культуры педагога
d) культуры педагогического мышления

ЗАДАНИЕ N 25

Основу педагогического образования составляет …
a) базовое высшее образование
b) среднее профессиональное образование
c) начальное профессиональное образование
d) послевузовское профессиональное образование

ЗАДАНИЕ N 26

Установите соответствие между видами педагогической деятельности в области пожарной безопасности и их характеристиками.
1. Прогностическая.
2. Проектировочная.
3. Организаторская.
a) предвидение и прогнозирование результата педагогической деятельности и моделирование педагогического процесса
b) проектирование и планирование педагогического процесса
c) организация своих педагогических действий и деятельности учащихся
d) построение межличностного взаимодействия и отношений

ЗАДАНИЕ N 27

Специфическими чертами коллективов подразделений ГПС МЧС России являются:
a) специфическая цель деятельности;
b) принцип единоначалия;
c) либеральный стиль руководства;
d) диффузные отношения.

ЗАДАНИЕ N 28

Способность сотрудника к разрешению конфликта путем взаимных уступок называется:
a) соперничеством;
b) сотрудничеством;
c) компромиссом;
d) приспособлением.

ЗАДАНИЕ N 28

Совокупность профессиональных физиологических, антропометрических, психологических и социальных возможностей и ограничений человека, неучет которых может привести к ошибочным действиям – это:
a) длительное ожидание;
b) человеческий фактор;
c) профессиональная компетентность;
d) уровень тревожности.

ЗАДАНИЕ N 29

Целесообразная активность, четкое восприятие и осмысление ситуации, высокий самоконтроль, адекватные действия характеризуют следующие формы реагирования на стресс:
a) тормозной тип дезадаптивного поведения;
b) панику;
c) импульсивный тип дезадаптивного поведения;
d) адаптивный тип поведения.

ЗАДАНИЕ N 30

Применение изучаемого материала в практической деятельности в ходе обучения в области пожарной безопасности является условием обеспечения:
a) принципа систематичности и последовательности в обучении;
b) принципа наглядности в обучении;
c) принципа связи теории с практикой;
d) принципа воспитывающего обучения.

ВАРИАНТ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ 3

Специальность: 20.03.01 Техносферная безопасность
Дисциплина: Психология и педагогика
Звание, фамилия, имя, отчество обучающегося _____
Факультет _____курс____учебная группа_____
Дата проведения тестирования_____

ЗАДАНИЕ N 1
Система отношений личности к социально-политическим и нравственным нормам общества проявляется в …
a) ценностных ориентациях
b) темпераменте
c) задатках
d) неосознаваемых мотивах

ЗАДАНИЕ N 2
Среди внутригрупповых механизмов выделяют такой феномен, как социальная фасилитация, понимаемая как улучшение деятельности в присутствии других людей. В 1920 г. этот феномен был назван «эффектом аудитории» американским ученым …
a) Ф. Олпортом
b) Д. Морено
c) Д. Майерсом
d) Р. Зайонцем

ЗАДАНИЕ N 3
Установите соответствие между высшими чувствами и конкретными их проявлениями.
1. Интеллектуальные чувства
2. Нравственные чувства
3. Эстетические чувства
4. Морально-политические чувства
a) любознательность
b) гуманность
c) восторг
d) патриотизм
e) страсть

ЗАДАНИЕ N 4
Социальная типология характера, предложенная Э. Фроммом, основана на отношении человека к _____ и _____.
a) жизни, обществу
b) нравственным ценностям
c) явлениям природы
d) времени

ЗАДАНИЕ N 5
Установите соответствие между педагогическими понятиями и их характеристиками.
1. Внешние компоненты структуры педагогической деятельности
2. Внутренние компоненты структуры педагогической деятельности
3. Уровни педагогической деятельности
a) цель, средства, объект педагогического воздействия, другие объекты, субъект педагогической деятельности, результат
b) мотивационный, содержательный, операционный
c) репродуктивный, адаптивный, поисковый, творческий
d) эмоционально-импровизационный, эмоционально-методичный, рассуждающе-импровизационный, рассуждающе-методичный

ЗАДАНИЕ N 6

Исследовательский уровень педагогического творчества предполагает, что педагог …

a) сам продуцирует идеи и конструирует педагогический процесс
b) воспроизводит готовые рекомендации
c) умело выбирает и целесообразно сочетает известные методы и формы обучения
d) обогащает известное своими собственными находками

ЗАДАНИЕ N 7

Креативность педагога характеризуется …

a) способностью к творчеству, быстротой реакции в нестандартных ситуациях, артистизмом, способностью увлекать, реагировать с юмором
b) умением воздействовать на эмоциональную сферу воспитанников, создавать благоприятную атмосферу, эмоциональную устойчивость
c) расположенностью к людям, доброжелательностью, общительностью, распределенностью внимания
d) профессиональной зоркостью, эмпатией, педагогической интуицией

ЗАДАНИЕ N 8

Передача дополнительной информации педагогом через изменение звучания голоса называется _____ общением.

a) паралингвистическим
b) кинетическим
c) экстралингвистическим
d) визуальным

ЗАДАНИЕ N 9

По степени новизны и оригинальности найденного способа решения задач выделяют _____ и _____ мышление.

a) репродуктивное
b) продуктивное
c) интуитивное
d) дискурсивное

ЗАДАНИЕ N 10

Условиями возникновения непроизвольного внимания являются _____, _____ объектов.

a) новизна
b) необычность
c) слабое воздействие
d) неподвижность

ЗАДАНИЕ N 11

Интенсивность ощущений зависит от _____ и _____.

a) силы действующего раздражителя
b) возраста человека
c) половой принадлежности
d) профессии

ЗАДАНИЕ N 12

Заучивание может быть _____ и _____.

a) дословным
b) смысловым
c) интуитивным
d) искаженным

ЗАДАНИЕ N 13

К восприятию времени относится восприятие _____, _____.

a) темпа
b) ритма
c) скорости

d) движения

ЗАДАНИЕ N 14

Творчество – деятельность человека или коллектива людей по созданию _____, _____ и общественно значимых ценностей.

a) новых
b) оригинальных
c) обычных
d) стереотипных

ЗАДАНИЕ N 15

Социализация личности включает в себя следующие процессы …

a) адаптацию, интеграцию, саморазвитие и самореализацию
b) приспособление, адаптацию, интеграцию
c) адаптацию, самоопределение
d) саморазвитие, самоактуализацию, самоутверждение

ЗАДАНИЕ N 16

С возникновением частной собственности главной целью воспитания являлось формирование …

a) хорошего хозяина
b) наследника
c) священного служителя
d) рабочего

ЗАДАНИЕ N 17

К математическим методам исследования относятся …

a) регистрация
b) шкалирование
c) цитирование
d) анкетирование

ЗАДАНИЕ N 18

Установите соответствие между педагогическими категориями и их характеристиками.

1. Развитие
2. Формирование
3. Социализация

a) процесс количественных и качественных изменений в организме, психике, интеллектуальной и духовной сфере человека, обусловленный влиянием внешних и внутренних факторов
b) процесс становления личности человека в результате объективного влияния наследственности, среды, целенаправленного воспитания и собственной активности личности
c) усвоение человеком ценностей, норм, установок, образцов поведения и воспроизводство им социальных связей и социального опыта
d) активная целенаправленная познавательная деятельность человека, связанная с поиском и усвоением знаний в интересующей его области

ЗАДАНИЕ N 19

Объектом исследования педагогики является …

a) система педагогических явлений
b) ребенок
c) психика человека
d) вопрос о целях и общем предназначении образования

ЗАДАНИЕ N 20

Целостность педагогического процесса заключается в …

a) подчинении всех составляющих его процессов единой цели – формированию всесторонне и гармонично развитой личности
b) том, что процессы, образующие педагогический процесс, имеют много общего

между собой

c) том, что все процессы, образующие общий педагогический процесс, протекают в одних и тех же условиях

d) том, что педагогический процесс не делится на составные части

ЗАДАНИЕ N 21

К закономерностям протекания процессов возбуждения и торможения относятся _____ нервных процессов.

a) иррадиация

b) интерференция

c) интроверсия

d) интроспекция

ЗАДАНИЕ N 22

Развитие сознания человека предполагает появление способности к _____ и _____.

a) познанию к окружающей действительности

b) творчеству

c) самостоятельному передвижению

d) плаванию

ЗАДАНИЕ N 23

Свойство головного мозга, обеспечивающее человеку и животным способность отражать воздействия предметов и явлений реального мира, называется …

a) психикой

b) деятельностью

c) личностью

d) поведением

ЗАДАНИЕ N 24

Л. С. Выготский сформулировал следующие законы психического развития ребенка:

a) закон метаморфозы

b) закон неравномерности

c) закон равномерности

d) закон периодичности

ЗАДАНИЕ N 25

Установите соответствие между основными видами деятельности и их характеристикой.

1. Игра
2. Учение
3. Труд
4. Общение

b) вид деятельности в условных ситуациях, направленный на усвоение общественного опыта

d) процесс систематического овладения знаниями, умениями и навыками, необходимыми для выполнения трудовой деятельности

f) вид деятельности, направленный на создание общественно полезного продукта, удовлетворяющего материальные и духовные потребности людей

h) вид деятельности, направленный на обмен информацией между людьми

j) внешние проявления психической деятельности, поступки и действия человека

ЗАДАНИЕ N 26

_____ утверждает, что человек изначально добр или, в крайнем случае, нейтрален, а его агрессия, насилие и т.п. возникают как результат воздействия окружающей среды.

a) Гуманистическая психология

b) Необихевиоризм

c) Гештальтпсихология

d) Когнитивная психология

ЗАДАНИЕ N 27

Специфическими чертами коллективов подразделений ГПС МЧС России являются:
a) специфическая цель деятельности;
b) принцип единоначалия;
c) либеральный стиль руководства;
d) диффузные отношения.

ЗАДАНИЕ N 28

Способность сотрудника к разрешению конфликта путем взаимных уступок называется:
a) соперничеством;
b) сотрудничеством;
c) компромиссом;
d) приспособлением.

ЗАДАНИЕ N 28

Совокупность профессиональных физиологических, антропометрических, психологических и социальных возможностей и ограничений человека, неучет которых может привести к ошибочным действиям – это:
a) длительное ожидание;
b) человеческий фактор;
c) профессиональная компетентность;
d) уровень тревожности.

ЗАДАНИЕ N 29

Целесообразная активность, четкое восприятие и осмысление ситуации, высокий самоконтроль, адекватные действия характеризуют следующие формы реагирования на стресс:
a) тормозной тип дезадаптивного поведения;
b) панику;
c) импульсивный тип дезадаптивного поведения;
d) адаптивный тип поведения.

ЗАДАНИЕ N 30

Применение изучаемого материала в практической деятельности в ходе обучения в области пожарной безопасности является условием обеспечения:
a) принципа систематичности и последовательности в обучении;
b) принципа наглядности в обучении;
c) принципа связи теории с практикой;
d) принципа воспитывающего обучения.

ВАРИАНТ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ 4

Специальность: 20.03.01 Техносферная безопасность
Дисциплина: Психология и педагогика
Звание, фамилия, имя, отчество обучающегося _____
Факультет _____курс____учебная группа___ _____
Дата проведения тестирования_____

ЗАДАНИЕ N 1

Установите соответствие между высшими чувствами и конкретными их проявлениями.
1. Интеллектуальные чувства
2. Нравственные чувства
3. Эстетические чувства
4. Морально-политические чувства

a) любознательность
b) гуманность
c) восторг
d) патриотизм
e) страсть

ЗАДАНИЕ N 2

Анализ сплоченности малой группы на основе частоты и прочности коммуникативных связей в группе предложил …

a) Л. Фестингер
b) К. Левин
c) Т. Ньюком
d) А. В. Петровский

ЗАДАНИЕ N 3

Социальная типология характера, предложенная Э. Фроммом, основана на отношении человека к _____ и _____.

a) жизни, обществу
b) нравственным ценностям
c) явлениям природы
d) времени

ЗАДАНИЕ N 4

Сочетание психологических особенностей человека, составляющих его своеобразие, отличие от других людей, называют …

a) индивидуальностью
b) личностью
c) индивидом
d) субъектом

ЗАДАНИЕ N 5

Образование как реальный целостный педагогический процесс, целенаправленно организуемый в специальных социальных институтах является _____ педагогики.

a) предметом
b) объектом
c) задачей
d) функцией

ЗАДАНИЕ N 6

Установите соответствие между понятиями и их определениями.

1. Обучение
2. Воспитание
3. Образование
4. Социализация

a) специфический процесс познания, управляемый педагогом
b) целенаправленное управление процессом развития личности
c) процесс (или результат) освоения уровней культурного наследия общества и связанный с ним уровень индивидуального развития
d) процесс стихийного влияния на личность, в результате которого происходит овладение личностью ролевыми функциями в обществе
e) процесс, в котором воедино слиты «воспитывающее обучение» и «обучающее воспитание»

ЗАДАНИЕ N 7

Традиционная модель образования предполагает …

a) передачу молодому поколению универсальных элементов культуры прошлого
b) персональный характер обучения с учетом индивидуально-психологических особенностей обучающихся
c) обеспечение обучаемых знаниями, умениями, навыками и практическое приспособление их к существующему обществу
d) организацию образования вне социальных институтов, в частности, школ и вузов

ЗАДАНИЕ N 8

Традиционными составными частями воспитания называют …

a) трудовое
b) нравственное
c) политическое
d) религиозное

ЗАДАНИЕ N 9

Для установления количественных зависимостей между изучаемыми явлениями применяются …

a) математические методы
b) статистические методы
c) социометрические методы
d) шкалирование

ЗАДАНИЕ N 10

Исходные требования к педагогическому процессу, определяющие педагогическую деятельность, называются …

a) принципами педагогического процесса
b) закономерностями педагогического процесса
c) этапами педагогического процесса
d) структурой педагогического процесса

ЗАДАНИЕ N 11

Конечным этапом решения педагогических задач в процессе обучения в области пожарной безопасности является...

a) регулирование педагогического процесса
b) анализ результатов решения
c) проектирование вариантов решения
d) вычленение педагогической проблемы

ЗАДАНИЕ N 12

По составу участников общение может быть …

a) межличностным, личностно-групповым, межгрупповым
b) непосредственным, опосредованным
c) кратковременным, длительным
d) законченным, незаконченным, прерванным

ЗАДАНИЕ N 13

Установите соответствие между видами педагогической деятельности и соответствующими им педагогическими действиями.

1. Рефлексивная.
2. Конструктивная.
3. Коммуникативная.

a) определение направлений коррекции своей деятельности и профессионального совершенствования
b) определение педагогических условий: материальных, организаторских, психологических
c) восприятие психологического состояния партнеров по общению
d) выдвижение педагогических целей, предвидение результатов

ЗАДАНИЕ N 14

Креативность руководителя занятия в области пожарной безопасности характеризуется …

a) способностью к творчеству, быстротой реакции в нестандартных ситуациях, артистизмом, способностью увлекать, реагировать с юмором
b) умением воздействовать на эмоциональную сферу обучающихся, создавать благоприятную атмосферу, эмоциональную устойчивость
c) расположенностью к людям, доброжелательностью, общительностью, распределенностью внимания
d) профессиональной зоркостью, эмпатией, педагогической интуицией

ЗАДАНИЕ N 15

К качествам ощущений равновесия относятся …

a) сила тяжести
b) вращение
c) движение
d) вибрация

ЗАДАНИЕ N 16

К характеристикам произвольного внимания относятся …

a) целенаправленность
b) повышенная устойчивость
c) неорганизованность
d) импульсивность

ЗАДАНИЕ N 17

Апперцепция проявляется в зависимости восприятия от _____ и _____ человека.

a) установки
b) психического состояния
c) места расположения предмета
d) формы предмета

ЗАДАНИЕ N 18

Произвольная память предполагает …

a) наличие цели
b) использование мнемотехнических приемов
c) наличие интереса к запоминаемой информации
d) отсутствие цели

ЗАДАНИЕ N 19

По степени новизны и оригинальности найденного способа решения задач выделяют _____ и _____ мышление.

a) репродуктивное
b) продуктивное
c) интуитивное
d) дискурсивное

ЗАДАНИЕ N 20

Образы, которые человек создает в своих мечтах, отличаются следующими особенностями …

a) ярким, живым, конкретным характером
b) слабой выраженностью конкретных путей к осуществлению
c) осознанием конкретных путей к осуществлению
d) расплывчатостью, нечеткостью представлений

ЗАДАНИЕ N 21

_____ наблюдение предусматривает участие исследователя в деятельности, которую он изучает.

a) Включенное
b) Невключенное
c) Внешнее
d) Внутреннее

ЗАДАНИЕ N 22

Установите соответствие между видами навыков и примерами к ним.

1. Интеллектуальный
2. Перцептивный
3. Двигательный
4. Сложный

a) знание таблицы умножения
b) различение цветов
c) ходьба

d) письмо
e) сон

ЗАДАНИЕ N 23

Активный процесс, в результате которого возбуждение нейрона прекращается или затрудняется его возникновение, называется …

a) торможением
b) раздражением
c) раздражимостью
d) покоем

ЗАДАНИЕ N 24

К отличиям стабильных и кризисных периодов относятся _____ и _____.

a) темп возрастного развития
b) длительность периода
c) время года
d) условия среды

ЗАДАНИЕ N 25

Российская психологическая наука придерживается _____ взгляда на происхождение психики.

a) диалектико-материалистического
b) идеалистического
c) анимистического
d) натуралистического

ЗАДАНИЕ N 26

Развитие сознания человека предполагает появление способности к _____ и _____.

a) познанию к окружающей действительности
b) творчеству
c) самостоятельному передвижению
d) плаванию

ЗАДАНИЕ N 27

Специфическими чертами коллективов подразделений ГПС МЧС России являются:

a) специфическая цель деятельности;
b) принцип единоначалия;
c) либеральный стиль руководства;
d) диффузные отношения.

ЗАДАНИЕ N 28

Способность сотрудника к разрешению конфликта путем взаимных уступок называется:

a) соперничеством;
b) сотрудничеством;
c) компромиссом;
d) приспособлением.

ЗАДАНИЕ N 28

Совокупность профессиональных физиологических, антропометрических, психологических и социальных возможностей и ограничений человека, неучет которых может привести к ошибочным действиям – это:

a) длительное ожидание;
b) человеческий фактор;
c) профессиональная компетентность;
d) уровень тревожности.

ЗАДАНИЕ N 29

Целесообразная активность, четкое восприятие и осмысление ситуации, высокий самоконтроль, адекватные действия характеризуют следующие формы реагирования на стресс:

a) тормозной тип дезадаптивного поведения;
b) панику;

c) импульсивный тип дезадаптивного поведения;
d) адаптивный тип поведения.

ЗАДАНИЕ N 30

Применение изучаемого материала в практической деятельности в ходе обучения в области пожарной безопасности является условием обеспечения:
a) принципа систематичности и последовательности в обучении;
b) принципа наглядности в обучении;
c) принципа связи теории с практикой;
d) принципа воспитывающего обучения.

Шкала оценивания проверки знаний:

Критерии оценки уровня сформированности компетенций у обучающихся:
от 51 до 70 % правильных ответов – оценка «не зачтено»,
от 71 до 100 % - оценка «зачтено».

3.2 Типовые оценочные средства, пример разбора билета для экзамена

Вопросы для подготовки к экзамену

1. Особенности становления психологии и педагогики в системе научного знания.
2. Отрасли и методы современной психологии и педагогики.
3. Структура психики. Основные функции психики.
4. Структура сознания. Соотношение сознания и бессознательного.
5. Развитие психики в процессе онтогенеза и филогенеза.
6. Предмет, объект, основные задачи и функции педагогики.
7. Категории педагогики: воспитание, обучение, развитие, преподавание, учение, образование, педагогическая деятельность, педагогическое взаимодействие, педагогические технологии, педагогическая задача, педагогический процесс.
8. Законы педагогики.
9. Задачи педагогической науки и практики на современном этапе ее развития.
10. Психика, поведение, деятельность. Принцип единства сознания и деятельности.
11. Деятельность человека и ее психологические особенности.
12. Психологические особенности профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России.
13. Психологический анализ основных видов деятельности в подразделениях ГПС МЧС России.
14. Нравственные основы и взаимосвязь целей, принципов, средств и результата деятельности сотрудников ГПС МЧС России.
15. Моральные факторы и специфика их проявления в деятельности сотрудников ГПС МЧС России: нравственная ценность и престижность

профессионального труда сотрудников ГПС МЧС России, моральная ответственность, надежность, профессиональная компетентность.

16. Основные категории профессиональной этики сотрудников МЧС России: добро, зло, долг, совесть, честь, достоинство, героизм и мужество.

17. Принципы профессиональной морали сотрудников ГПС МЧС России: гуманистическое содержание деятельности в области пожарной безопасности, ее выражение в профилактике, целях, средствах, методах борьбы с пожарами и предотвращении стихийных бедствий; принцип справедливости и законности в служебной деятельности сотрудника ГПС МЧС России как правовая и нравственная норма; патриотизм как моральный фактор профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России.

18. Экстремальные ситуации как объект профессиональной деятельности пожарных. Типология экстремальных ситуаций.

19. Общие характеристики психологического воздействия экстремальных ситуаций: новизна, внезапность, необычность, дезорганизация деятельности индивида, возможная угроза жизни.

20. Влияние экстремальных условий служебной и боевой деятельности на психику и здоровье пожарных.

21. Экстремальная компетентность сотрудника МЧС России.

22. Психология личности. Индивид, личность, субъект, индивидуальность. Целостность духовной и биологической природы человека. Биологическое и социальное развитие личности.

23. Факторы и движущие силы психического развития. Проблема социализации личности.

24. Основные теоретические подходы к изучению личности: описательный (Кречмер, Шелдон, Г. Олпорт, Р. Кеттелл, Г. Айзенк), бихевиористский (Б.Ф. Скиннер и др.), психодинамический (З. Фрейд, А. Адлер), гуманистический (А. Маслоу), Эго – психология (Э. Эриксон, Э. Фромм, К. Корни).

25. Перцептивный мир специалиста ГПС МЧС России.

26. Особенности познавательной сферы и профессионального мышления сотрудника ГПС МЧС России.

27. Социально - психологическая характеристика личности.

28. Психологическая структура личности: темперамент; характер; способности и задатки.

29. Эмоционально – волевая сфера личности.

30. Морально-нравственная сфера: моральное сознание, моральная деятельность, моральные отношения.

31. Моральные нормы и принципы.

32. Поступок и его основные признаки.

33. Нравственная культура и имидж сотрудника ГПС МЧС России.

34. Эстетическая составляющая духовной культуры сотрудника ГПС МЧС России.

35. Требования к психологическому профилю личности сотрудника ГПС МЧС России с учетом направлений деятельности.

36. Нравственные основы требований к профилю личности специалиста ГПС МЧС России.

37. Моральная и эмоционально-волевая устойчивость.

38. Мотивы трудовой деятельности.

39. Профессиональная пригодность сотрудников ГПС МЧС России. Проблема психологического отбора в системе ГПС МЧС России.

40. Специфика изучения личностных особенностей сотрудников.

41. Социально-психологическая и морально-этическая характеристика коллективов подразделений пожарной охраны.

42. Психология малых групп.

43. Организация совместной деятельности и формирование межличностных отношений: межгрупповые отношения и взаимодействия; проблема эффективности групповой деятельности; социокультурная толерантность и ее сущностные характеристики; психология межкультурного взаимодействия.

44. Специфика изучения социально-психологического климата в коллективах подразделений ГПС МЧС России.

45. Этика и психология профессионального общения.

46. Общение как социально-психологический процесс. Классификация средств и видов общения.

47. Деловой этикет и принципы делового общения в профессиональной деятельности сотрудника ГПС МЧС России.

48. Психология конфликта. Структура конфликтной ситуации. Динамика развитие конфликта.

49. Конфликты в различных сферах человеческого взаимодействия. Моральные конфликты.

50. Стратегии поведения сотрудников подразделений ГПС МЧС России в конфликтных ситуациях.

51. Способы и приемы воздействия на поведение оппонента.

52. Технологии предупреждения и разрешения конфликтов в подразделениях.

53. Управленческая деятельность: понятие, функции, психологическая структура.

54. Психологические основы управления коллективами подразделений ГПС МЧС России: стили, формы и методы управления.

55. Управленческая компетентность руководителей подразделений ГПС МЧС России. Психологические особенности руководства в повседневной деятельности и нестандартных ситуациях.

56. Управление коллективом в повседневной работе и в условиях ЧС. Психология принятия управленческих решений в кризисных ситуациях.

57. Нравственная культура офицера МЧС России. Социальная и этическая ответственность руководителя за принятые решения.

58. Психологические типы руководителей.

59. Сущность профессионального образования.

60. Образование как социокультурный феномен и педагогический процесс. Особенности профессионального образования и тенденции его развития. Цели, содержание, структура непрерывного образования, единство образования и самообразования.

61. Задачи и тенденции развития педагогической науки и практики на современном этапе: гуманизация, гуманитаризация, экологизация, демократизация.

62. Роль профессионального образования в подготовке сотрудников ГПС МЧС России. Образовательная система МЧС.

63. Профессиональная подготовка как педагогический процесс.

64. Специфика профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России.

65. Психолого-педагогическая готовность специалиста ГПС МЧС России.

66. Педагогическая культура и профессиональная этика руководителя подразделения ГПС МЧС России.

67. Роль психолого-педагогических знаний в профессиональной деятельности будущих специалистов ГПС МЧС России.

68. Уровни и функции педагогической культуры офицера.

69. Основы дидактики и задачи обучения личного состава подразделений ГПС МЧС России.

70. Профессиональное обучение как педагогический процесс.

71. Образовательная, воспитательная и развивающая функции обучения.

72. Методы обучения и формы организации учебно-профессиональной деятельности.

73. Особенности применения классических и передовых педагогических технологий в процессе профессионального обучения сотрудников ГПС МЧС России.

74. Специфика форм и средств обучения в системе профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России.

75. Реализация принципов педагогического общения в организации образовательной среды: вежливость, корректность, скромность, точность, внешний вид, культура речи.

76. Психолого-педагогическая оценка деятельности по организации обучения в области пожарной безопасности.

77. Составление учебно-методических документов в соответствии с требованиями нормативных документов.

78. Сущность, задачи и принципы процесса воспитания. Роль воспитательной работы в формировании личности сотрудника ГПС МЧС России.

79. Профессиональная этика как методологическая основа нравственного воспитания личного состава МЧС России: роль научного этического мировоззрения в формировании нравственной культуры личности.

80. Сущность и задачи самовоспитания. Нравственное самовоспитание сотрудников.

81. Структура нравственной культуры (нравственное сознание, нравственные потребности, нравственные чувства, нравственные отношения). Основные требования, предъявляемые к нравственной культуре сотрудников ГПС МЧС России.

82. Цели и методы воспитательной работы, критерии ее оценки.

83. Направления воспитательной работы: правовое (антикоррупционная составляющая); нравственное; экономическое; воинское; физическое воспитание, культурно-досуговая работа.

84. Роль государственно-патриотического воспитания в организации работы с личным составом.

85. Сущность, задачи, средства и методы индивидуально-воспитательной работы.

86. Система нравственного воспитания в подразделениях МЧС России. Роль руководителей в нравственном воспитании личного состава.

87. Требования к нравственному облику сотрудников ГПС МЧС России в нормативных документах МЧС России.

88. Понятие экстремального состояния. Основные параметры психических состояний.

89. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника.

90. Понятие и виды страха.

91. Понятие и формы аффекта. Последствия аффективных состояний.

92. Понятие и виды паники. Механизм развития паники.

93. Фрустрация и конфликт как составляющие экстремального состояния. Динамика развития экстремальных состояний.

94. Стресс как неспецифическая реакция организма (теория Г. Селье).

95. Современные теории стресса (Лазарус, Дж. Эверли, Р. Розенфельд и др.).

96. Когнитивная составляющая стресса.

97. Виды стресса. Стадии развития стресса. Факторы развития психологического стресса по Ю.С. Шойгу. Уровни реакции человека на стресс.

98. Понятие стрессоустойчивости. Факторы стрессоустойчивости человека. Специфика протекания стресса в экстремальной ситуации.

99. Профессиональный стресс. Стрессогенные факторы, воздействующие на сотрудников МЧС при работе в чрезвычайной ситуации и в повседневной деятельности.

100. Субсиндромы стресса, вызванного экстремальной ситуацией.

101. Механизмы адаптации к экстремальной ситуации.

102. Дезадаптивные психические состояния в профессиональной деятельности сотрудника МЧС.

103. Факторы, способствующие развитию ПТСР у сотрудника МЧС.

104. Отставленные негативные последствия профессионального стресса: кризисы, зависимое поведение, суицидальное поведение, психосоматические заболевания, ПТСР.

105. Накопленный профессиональный стресс, механизмы накопления профессионального стресса.

106. Копинг-стратегии как механизм совладающего поведения личности в стрессовых ситуациях. Поведенческие, когнитивные, эмоциональные, адаптивные и неадаптивные копинг-стратегии.

107. Механизмы психологической защиты. Формы совладеющего поведения в работе.

108. Психологические особенности поведения людей в экстремальных ситуациях.

109. Острое стрессовое расстройство как «нормальная реакция на ненормальную ситуацию». Основные признаки ОСР. Этапы развития ОСР. Последствия ОСР для жизни и здоровья человека.

110. Специфика общения с пострадавшими в ЧС.

111. Этика общения с пострадавшими по телефону.

112. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Соотношение понятий «острое стрессовое расстройство» и «посттравматическое стрессовое расстройство».

113. Причины развития травматического стресса. Факторы и группы риска развития ПТСР. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства.

114. Формы ПТСР. Диагностические критерии ПТСР. Направления реабилитации ПТСР.

115. Понятие горя и горевания. История исследования горя.

116. «Печаль и меланхолия» З. Фрейда.

117. Теория привязанности Дж. Боулби.

118. Современные теории горя. Горе как следствие утраты. Типология утрат.

119. «Работа горя». Психологическая помощь горюющему.

120. Особенности психологического состояния людей в толпе.

121. Этические аспекты работы пожарных при большом скоплении людей.

122. Основные группы поведенческих реакций у пострадавших в чрезвычайных ситуациях.

123. Принципы безопасного поведения для людей, находящихся в толпе.

124. Методы и приемы управления групповыми психическими состояниями.

125. Специфика использования социально-психологических приемов в регуляции дезадаптивных состояний пострадавших в ЧС.

126. Этические принципы информационно-разъяснительной работы с пострадавшими как профилактика образования толпы.

127. Принципы общения с представителями средств массовой информации.

128. Этика организации взаимодействия с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях: определение, общие принципы общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях, анализ ошибок в общении с пострадавшими. Особенности общения с разными категориями пострадавших.

129. Особенности групповых конфликтов в условиях ЧС. Прогноз развития конфликта в чрезвычайной ситуации при различных стратегиях разрешения конфликта.

130. Способы профилактики и предотвращения конфликтов в условиях ЧС.

131. Понятие и базовые принципы оказания экстренной психологической помощи. Задачи оказания экстренной психологической помощи.

132. Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации. Ограничения оказания психологической помощи в экстремальной ситуации. Допсихологическая помощь.

133. Помощь при страхе.

134. Помощь при тревоге.

135. Помощь при плаче.

136. Помощь при истерике.

137. Помощь при апатии.

138. Помощь при чувстве вины и стыда.

139. Помощь при двигательном возбуждении.

140. Помощь при нервной дрожи.

141. Помощь при гневе, злости, агрессии.

142. Самопомощь при острых реакциях на стресс.

143. Норма психологического здоровья.

144. Понятие профессионального развития личности

145. Этапы профессионализации личности. Стадии профессионального развития.

146. Психологическая адаптация личности сотрудника ГПС МЧС России.

147. Формирование мотивов профессиональной деятельности.

148. Регрессивная стадия профессионального развития личности.

149. Понятия профессионального здоровья и долголетия.

150. Система психологического сопровождения деятельности специалистов экстремального профиля: цель, задачи психологической службы МЧС России.

151. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников системы МЧС России: психологическая диагностика, психологическая подготовка, коррекционная и реабилитационная работа.

152. Принципы работы психологической службы МЧС России.

153. Профессиональная деформация личности. Рекомендации по нормализации эффективного процесса жизнедеятельности человека.

154. Особенности деформации личности сотрудников ГПС МЧС России.

155. Феномен психического выгорания. Профессиональное выгорание сотрудников МЧС России. Симптомы. Причины возникновения.

156. Дезадаптированность личности. Направления профилактической работы для предотвращения профессионального выгорания у сотрудников МЧС России.

157. Профессионально-нравственная деформация как отступление от норм и требований профессиональной морали сотрудников ГПС МЧС России. Структура профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России.

158. Причины возникновения профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России. Факторы, влияющие на устойчивость к профессионально-нравственной деформации.

159. Моральный выбор и антикоррупционное поведение. Нравственное оправдание служебных действий сотрудников.

160. Профессиональный риск в деятельности сотрудников ГПС МЧС России, его нравственное содержание. Риск как средство решения противоречий. Возможности нравственных границ риска.

161. Понятие морального конфликта. Социально-правовые противоречия и нравственные конфликты.

162. Основные направления профилактики профессионально-нравственной деформации сотрудников ГПС МЧС России.

163. Система профилактики негативных последствий профессионального стресса и нарушений профессионального здоровья сотрудников ГПС МЧС России.

164. Основные направления профилактической работы при чрезвычайных ситуациях.

165. Формы и методы профилактики дезадаптивных психических состояний.

166. Регуляция психологического состояния. Принципы профилактики стрессовых состояний.

167. Саморегуляция поведения. Методы и приемы психологической саморегуляции как средства профилактики нарушений профессионального здоровья.

168. Концепция заботы о себе.

169. Система приемов и методов саморегуляции: виды дыхания. Дыхательная гимнастика.

170. Приемы концентрации внимания.

171. Нервно-мышечная релаксация. Снижение мышечного напряжения.

172. Визуализация. Самовнушение. Медитация как способ саморегуляции. Ассоциативная методика саморегуляции. Поиск ключей доступа к желаемым состояниям.

173. Аппаратные методы с биологической обратной связью как средство формирования навыков психической саморегуляции.

174. Применение приемов саморегуляции в повседневной деятельности сотрудника МЧС и в условиях чрезвычайной ситуации.

Перечень заданий электронного тестирования обучающихся на экзамене по дисциплине «Психология и педагогика»

Экстренная психологическая помощь – это:
комплекс лечебно-профилактических, реабилитационных и оздоровительных мероприятий, направленных на восстановление и сохранение психофизиологических функций, оптимальной трудоспособности, социальной активности лиц, пострадавших в ЧС
система долгосрочных мероприятий, направленных на снятие эмоционального напряжения у пострадавших в ЧС, целью которого является профилактика неблагоприятных массовых событий
***система краткосрочных мероприятий, направленных на оказание помощи одному человеку, группе людей или большому количеству пострадавших в ЧС, целью которых является регуляция актуального психического состояния при помощи профессиональных психологических методов**

Состояние пострадавших в ЧС характеризуется:
***частичной или полной оптимизацией коммуникативных способностей**
***частичной или полной утратой способности к целенаправленной деятельности**
***частичной или полной утратой способности вступать в контакт с окружающими**
***нарушением способности к планированию собственных действий**
***частичной или полной утратой способности к критической оценке окружающего и своего поведения**
***высокой вероятностью возникновения эмоционального заражения групп пострадавших**
расширением временной перспективы
частичной или полной мобилизацией организаторских способностей

К факторам, характеризующим личностные особенности пострадавших и влияющих на тяжесть психологических последствий ЧС, относятся:
***коллективное поведение**
***личностный смысл трагического события**
***индивидуально-психологические особенности**
***подготовленность к ЧС**
масштабность ЧС

***соматическое здоровье, возраст, пол пострадавших**

К факторам риска, характеризующим ЧС, относятся:
***интенсивность**
особенность информационного обеспечения
***масштабность**
демографические, этнические особенности населения региона
***внезапность возникновения**
***длительность**
подготовленность к ЧС
***этап развития ЧС**

Ключевые моменты при оказании экстренной психологической помощи человеку с острыми стрессовыми реакциями:
***не оставлять человека одного**
***дать ощущение большей безопасности**
***оградить от посторонних зрителей**
оставить человека одного наедине со своими переживаниями
***употреблять четкие короткие фразы с утвердительной интонацией**
подбадривать фразами, что все будет хорошо
***постараться свести реакцию к плачу**
окружить пострадавшего большим количеством внимания, собрав около себя толпу.

Действия по оказанию экстренной психологической помощи пострадавшему с острой стрессовой реакцией апатии:
дать пострадавшему возможность побыть одному наедине с его переживаниями
дать пострадавшему отдохнуть
***предложить пострадавшему занятие, связанное с умеренной физической нагрузкой, если нет возможности дать ему отдохнуть**
***разговаривать с пострадавшим, задавая вопросы открытого типа**
***дать пострадавшему стакан сладкого крепкого чая**
резко потрясти пострадавшего за плечи 10-15 мин.

Действия по оказанию экстренной психологической помощи пострадавшему с истероидной реакцией:
***удалить зрителей и замкнуть внимание на себе, создать спокойную обстановку**
дать пострадавшему быть наедине с самим собой
***внимательно слушать пострадавшего, используя приемы активного слушания**
***говорить с пострадавшим короткими фразами, уверенными тоном**
***по окончании реакции – дать пострадавшему отдохнуть**
***после реакции – передать для наблюдения другим специалистам**

Действия по оказанию экстренной психологической помощи пострадавшему с острой стрессовой реакцией агрессии:
***сохранять эмоциональную устойчивость, говорить с пострадавшим спокойно, постепенно снижая**
***темп и громкость речи**
***свести к минимуму количество окружающих**
дать возможность «выпустить пар»
***поручить работу, связанную с высокой физической нагрузкой**
резко потрясти пострадавшего за плечи в течение 1 минуты
в случае необходимости привлечь сотрудников правоохранительных органов

Действия по оказанию экстренной психологической помощи пострадавшему с острой стрессовой реакцией ступора:
взять за плечи и сильно потрясти в течение 10-15 мин.
***при возможности немедленно доставлять пострадавшего к медикам**
не беспокоить человека, это состояние поможет восстановить его силы
поручить работу, связанную с высокой физической нагрузкой
***если нет возможности передать пострадавшего медикам, постараться вывести его из оцепенения, добиться от него любой реакции**
уложить пострадавшего отдохнуть, накрыть теплым пледом

Действия по оказанию экстренной психологической помощи пострадавшему с острой стрессовой реакцией плача:
***не оставлять пострадавшего одного**
поддерживать физический контакт с пострадавшим
дать пострадавшему быть наедине с его переживаниями
***применять приемы «активного слушания»**
***спровоцировать реакцию плача и дать пострадавшему выплакаться**
вызвать у пострадавшего ориентировочную реакцию, совершив неожиданное действие
***если реакция плача затянулась – предложить человеку выпить стакан воды, сконцентрироваться на глубоком и ровном дыхании**

Действия по оказанию экстренной психологической помощи пострадавшему с острой стрессовой реакцией страха:
***не оставлять пострадавшего одного**
***дать пострадавшему возможность выговориться, используя основные приемы конструктивного общения**
дать пострадавшему быть наедине с его переживаниями
***дать пострадавшему ощущение безопасности, при необходимости – информировать о ходе АСР**
убедить человека, что его страх неоправданный
***если страх пострадавшего очень силен, предложить ему задержать дыхание, а после сосредоточиться на спокойном медленном дыхании**

Острая стрессовая реакция, симптомами которой являются неопредолимая усталость, полное равнодушие и безразличие:
плач
агрессия
страх
ступор
истероидная реакция
***апатия**

Острая стрессовая реакция, симптомами которой являются чрезмерное возбуждение, множество движений, театральные позы, эмоциональная насыщенность, быстрая речь, крики, рыдания:
плач
агрессия
страх
ступор
***истероидная реакция**
апатия

Острая стрессовая реакция, симптомами которой раздражение, недовольство, гнев, словесная брань, напряжение мышц, сжатые кулаки:
плач
***агрессия**
страх
ступор
истероидная реакция
апатия

Острая стрессовая реакция, симптомами которой являются напряжение мышц (особенно лицевых), учащенное поверхностное дыхание, сниженный контроль собственного поведения, сильное сердцебиение:
плач
агрессия
***страх**
ступор
истероидная реакция
апатия

Острая стрессовая реакция, симптомами которой являются подрагивание губ, ощущение подавленности, отсутствие возбуждения:
***плач**
агрессия
страх
ступор
истероидная реакция
апатия

Острая стрессовая реакция, симптомами которой являются: отсутствие реакций на внешние раздражители, «застывание» в определенной позе, оцепенение, состояние полной недвижимости:
плач
агрессия
страх
***ступор**
истероидная реакция
апатия

Проявление той или иной реакции на ЧС у конкретного человека зависит от таких групп факторов как:
***факторы, характеризующие ЧС**
***факторы, характеризующие личностные особенности пострадавших и групп пострадавших**
***факторы, характеризующие особенности организации помощи**
факторы, характеризующие налоговую систему в стране

Ключевые моменты при оказании экстренной психологической помощи человеку с острыми стрессовыми реакциями:
***не оставлять человека одного**
***дать ощущение большей безопасности**
***оградить от посторонних зрителей**
оставить одного человека со своими переживаниями
***создать ощущение того, что человек не остался один со своей бедой**
***употреблять четкие короткие фразы с утвердительной интонацией**
подбадривать пострадавшего фразами о том, что все будет хорошо
***постараться свести реакцию к плачу**
окружить пострадавшего большим количеством внимания, собрав вокруг него толпу

Неспецифическая реакция организма на любое предъявляемое ему требование - это:
горевание
паника
страх
травма
***стресс**

Установите правильную последовательность стадий общего стрессового состояния (Г. Селье):
сопротивление, истощение, тревога
тревога, истощение, сопротивление
***тревога, сопротивление, истощение**
истощение сопротивление, тревога

Физиологический стресс может быть вызван следующими факторами:
***болевые воздействия**
***холод**
***жара**
***физические нагрузки**
конфликтная ситуация

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма:
моностресс
эустресс
***дистресс**

Стресс, возникающий в ситуации угрозы собственной жизни или жизни других людей, угрозы физической целостности, с одновременным присутствием ощущения страха и беспомощности, это:
профессиональный стресс
***травматический стресс**
экологический стресс
семейный стресс

Фаза в динамике переживания травматических ситуаций, характеризующаяся чувством беспомощности, брошенности, одиночества, собственной бесполезности, называется:
отрицания и шока
исцеления
***депрессии**
агрессии и вины

Фаза в динамике переживания травматических ситуаций, характеризующаяся полным принятием (сознательным и эмоциональным) своего прошлого и приобретением нового смысла жизни, называется:
***исцеления**
отрицания и шока
депрессии
агрессии и вины

Период профессионального развития, характеризующийся вхождением специалиста в тонкости профессиональной деятельности, формированием копинг-стратегий, позволяющих ему справиться с неизбежными сложностями и психотравмирующими обстоятельствами профессиональной деятельности, называется:
стадия «вхождения в профессию»
этап профессионального обучения
***стадия адаптации**
стадия мастерства

Период профессионального развития, характеризующийся уверенностью специалиста в правильности выбранного им пути, самостоятельностью и эффективностью в решении профессиональных задач, называется:
***стадия «вхождения в профессию»**
стадия авторитета
стадия адаптации
стадия наставника

Этап профессионального развития, характеризующийся планированием, проектированием своего профессионального жизненного пути, называется:
***этап формирования профессиональных намерений**
этап профессионального обучения
этап частичной или полной реализации личности в труде
этап профессиональной адаптации

Качества субъекта, включенные в процесс профессиональной деятельности и влияющие на эффективность её выполнения (по качеству и надежности) – это:
профессиональное здоровье
***профессионально-важные качества**
профессиональная пригодность профессиональная предрасположенность
Недостаточно развитые профессионально важные качества:
не оказывают никакого влияния на надежность и эффективность профессиональной деятельности
***могут быть компенсированы другими, более развитыми профессионально важными качествами**
в обязательном порядке отрицательно сказываются на качестве выполняемой деятельности

Предвестником и запускающим механизмом в развитии эмоционального выгорания служит:
***конфликт с одним из коллег по работе**
***необходимость выйти на работу в праздничные дни**
выход на работу после отпуска

***нервное напряжение**

К объективным факторам риска развития профессионального выгорания у специалистов, занимающихся ликвидацией ЧС, относятся:
***хроническая напряженная психоэмоциональная деятельность**
имидж профессии, социальная значимость профессии
***слабая мотивация профессиональной деятельности**
***ответственность за жизнь и здоровье людей**
***эмоционально насыщенные межличностные контакты**
***неблагоприятная психологическая атмосфера профессиональной деятельности**
условия труда специалиста

ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство) – это:
неспецифическая реакция организма на любое предъявляемое ему требование
расстройство, возникающее в ситуации угрозы собственной жизни или жизни других людей, угрозы физической целостности, с одновременным присутствием страха и беспомощности
***специфическая, отсроченная во времени форма нарушения психики, вызванная однократным или повторяющимся (накопленным) воздействием стресс-фактора, выходящего за пределы жизненного опыта личности**
выработанный личностью защитный механизм в ответ на психотравмирующие воздействия в сфере профессиональной деятельности

К факторам риска, влияющим на возникновение ПТСР, относятся:
***состояние здоровья**
***уровень психологической устойчивости**
изменения климатических условий
***своевременность и эффективность оказания помощи, поддержки**
особенности политической ситуации в стране
***наличие травматического опыта в прошлом**
***наличие алкогольной и наркотической зависимости**
***личностные особенности**

Навязчивые, негативные воспоминания о событии, связанные с событием сны, переживание нового стресса при событиях, напоминающих или символизирующих пережитую травму, внезапные поступки и чувства, как если бы пережитое событие происходило сейчас, относятся к симптомам ПТСР, объединенным в группу симптомов:
повышенной возбудимости
избегания
***повторного переживания**

Факторы, позволяющие минимизировать риск возникновения профессионального выгорания:
***наличие планов профессионального развития**
***широкий круг общения с людьми других профессий**
***возможность передавать профессиональный опыт молодым специалистам**
***здоровый образ жизни**
***поддержка близких людей**
ограничение круга общения исключительно представителями своей профессии
***владение приемами саморегуляции**
***наличие хобби**
прием в начале каждого рабочего дня успокоительных средств

Женщина выходит из морга, она опознала своего сына. Начать с ней разговор можно с фразы:
Не переживайте, вы ведь нашли его
***Меня зовут …, я пожарный, чем вам помочь**?
Сядьте и успокойтесь, сколько можно плакать, у вас есть еще дети
Послушайте меня, пожалуйста, успокойтесь, я хочу вам помочь, может быть, вы меня выслушаете

Быстро проходящее расстройство значительной степени тяжести у людей без психических отклонений в ответ на психологический или физиологический стресс, исключительный по своей интенсивности – это:
посттравматическое стрессовое расстройство

реакции и расстройства психотического уровня
***острая стрессовая реакция**
невротические реакции и расстройства

Надежность профессиональной деятельности – это:
комплекс личностных качеств, необходимых для осуществления профессиональной деятельности
процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, его физического, психического и эмоционального благополучия
***вероятность выполнения профессиональных задач с требуемым качеством и в заданных условиях, обусловленная функциональным состоянием специалиста**
совокупность психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых для достижения эффективной работы

К профессионально важным качествам пожарного относятся:
***умение работать в команде**
***формирование основных задач и индивидуальных планов профессионального развития**
выраженная склонность к риску
***большой объем внимания, быстрое переключение и распределение внимания в условиях**
***отвлекающих воздействий и дефицита времени**
***хорошая физическая выносливость, устойчивость к физической усталости**
***умеренная склонность к риску**

К методам и приемам саморегуляции относятся:
***управление дыханием**
***визуализация**
***управление вниманием**
***самовнушение**
принятие алкоголя
***управление мышечным тонусом**
принятие успокоительных препаратов
***идеомоторная тренировка**
***аутогенная тренировка**

Напряженное состояние работника, возникающее в процессе трудовой деятельности - это:
семейный стресс
***профессиональный стресс**
экологический стресс
финансовый стресс

Посттравматическое стрессовое расстройство может проявиться:
в течение 1 часа после произошедшего травматического события
через неделю после произошедшего травматического события
в первый месяц после произошедшего травматического события
***через несколько месяцев после произошедшего травматического события**

Общеупотребительный термин, который используют для определения всех типов факторов, вызывающих стресс:
раздражитель
***стрессор**
стимулятор
возбудитель
Психологический стресс может быть вызван следующими факторами:
***информационные перегрузки**
***конфликтная ситуация**
***собственная свадьба**
физические нагрузки
***рождение ребенка**

Формирование психологической устойчивости, как сохранения оптимальногофункционирования психики, зависит от таких факторов, как:

***тип высшей нервной деятельности**
***опыт специалиста**
экономическая стабильность в стране
***уровень профессиональной подготовки**
уровень атмосферного давления
***уровень развития основных познавательных структур личности**

Профессиональное здоровье - это:
совокупность способностей человека, позволяющих ему справляться с экстремальными ситуациями
способность регулировать собственное поведение с целью гармонизации личностного бытия
***процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, его физического, психического и эмоционального благополучия, обеспечивающий высокую надежность профессиональной деятельности, профессиональное долголетие и максимальную длительность жизни**
особое состояние человека, достигшего высокого уровня самообладания, характеризующееся гармоничностью внутреннего мира, уверенностью в себе, эмоциональной уравновешенностью

К социально-психологическим факторам риска, воздействующим на специалистов, занимающихся ликвидацией ЧС, относятся:
***организационно-управленческие недостатки в ходе работы**
физическая нагрузка, режим труда и отдыха
***недостатки в информационном обеспечении: отсутствие, недостаток или противоречивость информации об условиях выполнения, содержания задачи**
климато-географические факторы
***социально-политические аспекты ситуации**
***освещение работ СМИ**
функциональное состояние специалистов в период, предшествующий работе в ЧС и непосредственно в работе

Нарушение усвоенных способов деятельности, разрушение сформированных профессионально-важных качеств, появление стереотипов профессионального поведения говорит о:
профессиональных деформациях
профессиональной адаптации
***профессиональных деструкциях**
остановке профессионального развития

Профессиональная пригодность человека – это:
система требований профессии к психологическим, психофизиологическим качествам человека и мере их выраженности в научных психологических понятиях
совокупность знаний, умений и навыков, приобретенных в результате обучения
врожденные особенности человека, обеспечивающие эффективность профессиональной деятельности
***совокупность психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых для достижения эффективной работы, при наличии специальных знаний, умений и навыков**

Функциями, которые выполняет корпоративная культура, являются:
***закрепление накопленных в опыте профессионального сообщества наиболее приемлемых и сберегающих форм поведения**
возможность повысить свой финансовый достаток
***возможность самоидентификации каждого члена профессионального сообщества**
***возможность овладеть конструктивными стратегиями профилактики и совладания с профессиональным стрессом**
***возможность сформировать взаимоответственность различных групп сотрудников**
***профилактика профессиональных деструкций**
стабилизация взаимоотношений с членами семьи

К методам саморегуляции, которые можно выполнять самостоятельно, без подготовки со специалистом, относятся:
***музыкотерапия**
***элементы аромотерапии**
дибрифинг

***управление вниманием**
идеомоторная тренировка
медитация

Использование саморегуляции позволяет:
*снять тревожность
***мобилизовать усилия**
ускорить рост волос
***поднять эмоциональный тонус**
заменить полноценный сон

Аутогенная тренировка, как метод саморегуляции, применяется:
самостоятельно
***самостоятельно, после подготовки со специалистом**
только совместно со специалистом

Идеомоторная тренировка – это:
процесс сознательного воздействия, заключающийся в логическом обосновании практической пользы того или иного действия
методика самовнушения на фоне максимального мышечного расслабления
метод саморегуляции, заключающийся в расслаблении мышц тела
***мысленное представление предстоящей деятельности**

Идеомоторная тренировка, как метод саморегуляции, применяется:
самостоятельно
***самостоятельно, после подготовки со специалистом**
только совместно со специалистом

Самовнушение - это:
умение произвольно создавать яркий мысленный образ (зрительный образ, в ощущениях,звуках)
прием, предполагающий приложение усилий по анализу и разрешению трудной ситуации
***волевой процесс, обеспечивающий готовность организма к определенному действию, веру в свои силы**
***внедрение самому себе определенных мыслей, желаний, образов, ощущений,состояний**
метод саморегуляции, заключающийся в мысленном представлении предстоящей деятельности

Самовнушение, как метод саморегуляции, применяется:
***самостоятельно**
самостоятельно, после подготовки со специалистом
только совместно со специалистом

Требования, которым должны отвечать формулы самовнушения:
***хорошо, если фраза носит несколько иронично-веселый характер или заранее зарифмована**
***фраза должна произноситься в ритм дыхания, при этом решающая ее часть на выдохе**
фраза должна содержать такие выражения, как: «Я не волнуюсь», «Я не допущу ошибку»
***фраза должна носить позитивный характер, без содержания частицы «не»**
***формула должна быть четкой, короткой, отражать самую суть**
фраза должна быть максимально полной, содержательной, исключающей любое недопонимание
***четкое знание цели, которую нужно достичь во время сеанса самовнушения**

При необходимости взбодриться после монотонной работы, снять усталость,используется дыхание:
ключичное, с максимальной частотой дыхания через рот
брюшное, с максимальной частотой дыхания через нос
***ключичное, с максимальной частотой дыхания через нос**
брюшное, с максимальной частотой дыхания через рот

Нервно-мышечная релаксация, как метод саморегуляции, применяется:
самостоятельно
***самостоятельно, после подготовки со специалистом**
только совместно со специалистом

В основе нервно - мышечной релаксации лежат следующие предпосылки:
***стресс и тревога связаны с мышечным напряжением**
***уменьшение мышечного напряжения снижает уровень стресса и тревоги**
увеличение мышечного напряжения на длительное время снижает уровень стресса итревоги
***нервно-мышечная релаксация предоставляет возможность сравнить ипротивопоставить напряжение и расслабление**

Визуализация - это:
процесс сознательного воздействия, заключающийся в логическом обоснованиипрактической пользы того или иного действия
методика самовнушения на фоне максимального мышечного расслабления
***умение произвольно создавать яркий мыслительный образ (зрительный образ, вощущениях, звуках)**
мысленное представление предстоящей деятельности

Для преодоления излишнего волнения, снижения тревоги и раздражительности, максимального расслабления, для быстрого и эффективного отдыха используется дыхание:
***брюшное, где вдох короче выдоха**
ключичное, где вдох длиннее выдоха
брюшное, где вдох длиннее выдоха
ключичное, где вдох короче выдоха

Состояние пострадавших в ЧС характеризуется:
***частичной или полной утратой способности к целенаправленной деятельности**
частичной или полной оптимизацией коммуникативных способностей частичной или полной утратой способности вступать в контакт с окружающими
***нарушением способности к планированию собственных действий**
***сужением временной перспективы**
***утратой способности удовлетворять свои витальные потребности**
*частичной или полной утратой способности к критической оценке окружающего исвоего поведения расширением временной перспективы
частичной или полной мобилизацией организаторских способностей
***высокой вероятностью возникновения эмоционального заражения групппострадавших**

К основным принципам общения с изолированным пострадавшим относятся:
***поиск психологического ресурса, построение перспективы на будущее**
***при возможности – поддержка физического контакта с пострадавшим**
подбадривание пострадавшего фразами о том, что всё будет хорошо
***поддержание пострадавшего в сознании**
***сбор информации о пострадавшем**
информационная поддержка изолированного человека

К основным приемам активного слушания относятся:
***раппорт**
***правильная постановка вопросов**
***поддакивание «угу», «ага»**
***своевременная пауза**
***резюмирование**
***отражение чувств, эмпатия**
***перефразирование полученной информации**
критика высказываний партнера, если они кажутся неверными

К основным характеристикам правильного построения речи при общении с пострадавшим относятся:
***отслеживание темпа речи, громкости речи, интонации**
использование в речи максимально полных, содержательных фраз, исключающих любое недопонимание
***поиск психологического ресурса для пострадавшего**
***запрет на обещания**
***использование в речи четких, коротких фраз**
использование таких выражений, как: «не волнуйтесь», «не нервничайте»

Вопросы: «Когда это произошло?», «Где ты сейчас находишься?», «Как ты себя чувствуешь?», являются:
общими
закрытыми
***открытыми**
нераскрытыми

Под сближением оценок и позиций в вопросах, значимых для жизни коллектива в нравственной и деловой сфере, в подходах к целям и задачам деятельности понимается:
***ценностно-ориентационное единство**
коллективистская идентификация
согласованность функционально-ролевых ожиданий
возложение ответственности

Группы, на которые люди ориентируются при оценке своих действий в выборе стратегии поведения называются …
формальными
неформальными
***референтными**
нереферентными

Ведущая модальность человека, употребляющего в разговоре фразы такого типа как «Давай посмотрим…», «Мне надо увидеть…», «Увидишь и поймешь…», «Глаза мои бы это не видели…», «Покажи…»:
кинестетическая
виртуальная
***визуальная**
аудиальная;

При непродуктивном стиле взаимодействия:
отсутствует идентификация членов группы друг с другом, каждый несет ответственность за свой участок работы;
члены группы идентифицируют себя с ней, с лидером группы, и всю ответственность несет лидер;
***все члены группы слабо идентифицируют себя с ней, и поэтому всю ответственность за совместно выполненную работу возлагают на лидера;**
участники взаимодействия устойчиво идентифицируют себя друг с другом, с группой в целом и несут коллективную ответственность за выполненную работу

Четкость, слаженность и результативность совместной групповой деятельности выступают показателем**:**
настроения коллектива;
коллективных традиций;
***сплоченности;**
конфликтности.

Управление конфликтами — это:
целенаправленное воздействие на процесс его динамики;
целенаправленное, обусловленное объективными законами воздействие на процесс его динамики в интересах развития или разрушения той социальной системы, к которой имеет отношение данный конфликт;
целенаправленное воздействие на конфликтующих в интересах снижения уровня напряженности между ними;
***целенаправленное, обусловленное объективными законами воздействие на процесс формирования адекватного образа конфликтной ситуации у конфликтующих в интересах снижения уровня напряженности между ними.**

Специфической особенностью делового общения является его:
конструктивный характер;
компромиссный характер;
конформистский характер;
***регламентированный характер;**

Для достижения взаимопонимания важно …

выдвигать гипотезы о точке зрения партнера и полностью ее принимать;
***анализировать точку зрения партнера и соотносить ее со своей;**
выбрать свою точку зрения и твердо ее придерживаться, несмотря на обстоятельства;
быть спонтанным в общении – не делать никаких прогнозов и предположений о точке зрения партнера, своих предпочтениях и т.п.

Взаимодействие людей с целью обмена информацией познавательно-оценочного или эмоционального характера – это …
конфликт;
принятие решений;
***общение;**
субъектное отношение.

Психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению – это …
конфликт;
***коммуникативный барьер;**
непонимание;
декодирование.

Идентификация – это
отождествление себя с другим и подражание ему
опознание, узнавание какого-то объекта
***познание себя посредством сравнения себя с другим**
подчинение другому

К основным приемам активного слушания относятся..
перефразирование полученной информации
отражение чувств, эмпатия
резюмирование
своевременная пауза
поддакивание «угу», «ага»;
правильная постановка вопросов
***а.в.д.е**
б.г

Каузальная атрибуция – это …
***приписывание причин**
описание ситуации
механизм самооправдания
прогнозирование развития ситуации

Конфликтная ситуация — это
случайные столкновения интересов субъектов социального взаимодействия
***накопившиеся противоречия, связанные с деятельностью субъектов социального взаимодействия, которые создают почву для противоборства между ними**
процесс противоборства между субъектами социального взаимодействия, направленный на выяснение отношений
этап развития конфликта
причина конфликта

Рефлексия, идентификация, эмпатия – это
***механизмы социальной перцепции**
уровни познания другого
уровни эмоционального отождествления с другим человеком
механизмы каузальной атрибуции

Субъективные связи, возникающие в результате взаимодействия членов группы и сопровождающиеся различными эмоциональными переживаниями индивидов, в них участвующих – это
служебные отношения

***групповые взаимоотношения**
групповые настроения
сплоченность группы

Функцией группового давления является
***обеспечение достижения целей группы**
уменьшение индивидуальных различий членов группы, обезличивание
***сохранение группы как целого**
***регулирование поведения и взаимоотношений членов группы**

Эмпатия включает:
***сопереживание – единство эмоциональных состояний людей**
понимание чувств и эмоций другого
положительное отношение к другому человеку
все ответы верны

Психология как наука о сознании возникла:
в 15 веке;
в 16 веке;
***в 17 веке;**
в 18 веке.

Согласно идеалистическим представлениям психика – это:
неотъемлемое свойство материи;
свойство мозга, отражение объективной реальности;
функция мозга;
***образ бесплотной души.**

Автором знаменитой фразы « Я мыслю – значит, я существую» является:
Платон;
Сократ;
***Р. Декарт;**
Б. Спиноза.

Социально-психологические проявления личности, ее взаимоотношения с людьми изучает психология:
дифференциальная;
***социальная;**
педагогическая;
общая.

Краткое, стандартизированное психологическое испытание, в результате которого делается попытка оценить тот или иной психический процесс или личность в целом, - это:
наблюдение;
эксперимент;
***тестирование**
самонаблюдение.

Наиболее устойчивые и постоянно проявляющиеся особенности личности, обеспечивающие поведение и деятельность, типичные для данного человека – это:
психические процессы;
психические образования;
***психические свойства;**
психические состояния.

К какой группе психических процессов относят восприятие, память, мышление?
эмоциональные;
волевые;
***познавательные;**
аффективные.

Основными условиями формирования сознания являются:
конфликты;
***труд;**
***язык;**
культура.

Деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности ради удовлетворения своих потребностей, на создание материальных и духовных ценностей, называется:
***трудовой;**
учебной;
предметной;
ведущей.

Процесс, направленный на достижение цели, называется:
операцией;
***действием;**
мотивом;
умением.

Деятельность, с которой на данном этапе связано появление важнейших психических новообразований и в русле которой развиваются другие виды деятельности, называется:
основной;
ориентировочной;
***ведущей;**
исполнительной.

Психическим явлением является:
нервный импульс;
рецептор;
***интерес;**
сердцебиение.

Компонент деятельности, придающий ей личностный смысл - это:
цель;
***мотив;**
потребность;
действие.

Отражение отдельных свойств предметов и явлений материального мира представляет:
***ощущение;**
восприятие;
память;
воображение.

Психический процесс создания чего-то нового в форме образа, представления или идеи называется:
ощущением;
восприятием;
мышлением;
***воображением.**

Ориентировочный рефлекс рассматривается как объективный, врожденный признак внимания:
***непроизвольного;**
произвольного;
послепроизвольного;
опосредованного;

Объем хранящейся информации в кратковременной памяти:
***7 ± 2;**
неограничен;
предел неизвестен;

в среднем 10.

Причиной возникновения произвольного внимания к любому объекту является:
отсутствие цели деятельности;
***постановка цели деятельности;**
новизна раздражителя;
эмоциональная значимость объекта.

Умением человека выдвигать новые задачи и находить пути их решения, не прибегая к помощи других людей, характеризуется такое качество мышления, как:
широта;
глубина;
***самостоятельность;**
гибкость.

К субъективным стресс-факторам, сопровождающих деятельность сотрудников ГПС относяися:
дефицит времени на принятие решений и выполнение боевых действий;
***психологическая неподготовленность к выполнению различных боевых задач;**
ответственность за решение боевой задачи;
высокая плотность дыма.

Специфические особенности подготовительного этапа:
наличие стресс-факторов, вызывающих состояние нервно-психического напряжения;
стремление оценить свои действия и действия товарищей;
***жесткий дефицит времени;**
***неопределенность ситуации.**

Состояние боевой готовности характеризуется:
вялостью;
ослаблением внимания;
***реальной оценкой своих сил и способностей;**
***заботой о правильном применении пожарно-тактических приемов.**

Психическое состояние, характеризующиеся чрезмерным волнением, тревогой, суетливостью, повышенной отвлекаемостью описывает:
монотонию;
боевую готовность;
апатию;
***панику.**

Психическое состояние, вызываемое непреодолимыми неожиданно появляющимися препятствиями – это:
суетливость;
***фрустрация;**
профессиональная компетентность;
апатия.

Ошибки личностного типа связаны:
с восприятием и приемом информации;
с недостаточной активностью различных функций организма;
с особенностями памяти и мышления;
***с проявлением особенностей мотивации, характера, волевых качеств.**

Совокупность профессиональных физиологических, антропометрических, психологических и социальных возможностей и ограничений человека, неучет которых может привести к ошибочным действиям – это:
длительное ожидание;
***человеческий фактор;**
профессиональная компетентность;
уровень тревожности.

Объективными стресс- факторами не являются:

необычность условий рабочей среды;
опасность, создающая угрозу жизни;
***чрезмерная эмоциональная возбудимость;**
***низкая эмоциональная устойчивость.**

Понятие направленности личности
это убеждения, идейные мотивы.
***это соотношение органических и духовных потребностей, интересов и убеждений.**
это организованные в целостную систему индивидуально-своеобразные свойства, определяемые как полезные или вредные для общества.
это типичные способы поведения человека.

К психическим свойствам относятся:
темперамент;
воображение;
знания;
способности.

Для холерического типа темперамента характерны:
сила, уравновешенность, подвижность;
***сила, неуравновешенность, подвижность;**
сила, уравновешенность, малоподвижность;
слабость, неуравновешенность, малоподвижность.

Согласно иерархии потребностей А. Маслоу духовные потребности это:
потребности в пище, сне;
потребности в безопасности;
***потребности в осуществлении своих способностей и талантов, творческих потенций;**
потребность в уважении и признании.

К способностям можно отнести:
музыкальный слух;
***быстрота запоминания;**
силу нервной системы;
подвижность нервных процессов.

Основными социальными институтами, определяющими формирование личности не является:
семья;
система образования;
средства массовой информации;
***самовоспитание.**

Чувства связанные с познавательной деятельностью, называются:
моральными;
***интеллектуальными;**
эстетическими
практическими.

Способность человека к длительному и неослабному напряжению энергии, неуклонное движение к намеченной цели проявляются как:
***настойчивость;**
сознательность;
оптимизм;
трудолюбие.

Эмоциями называют:
побуждение человека к действию;
сосредоточенность сознания и его направленность на что-либо, имеющее значение для человека;
психические особенности человека, от которых зависит успешность приобретения знаний, умений и навыков.

***непосредственное переживание человеком отношения к предметам и явлениям окружающей действительности.**

Целенаправленный и организованный процесс формирования личности – это:
обучение;
образование;
***воспитание;**
развитие.

Отрасль педагогики, изучающая особенности обучения, воспитания и развития людей в процессе получения высшего образования – это:
коррекционная педагогика;
народная педагогика;
***педагогика высшей школы;**
профессиональная педагогика.

Процесс усвоения и активного воспроизведения человеком культурно-исторического опыта, овладения навыками практической и теоретической деятельности, преобразования реально существующих отношений в качества личности – это:
воспитание;
образование;
***социализация;**
обучение.

К способам и методам педагогической диагностики относят:
***проверка знаний, навыков;**
исключение из высшего учебного заведения;
диагностика умственного развития личности;
***проверка умений.**

Человек, получивший профессиональное образование является:
профессионалом;
мастером;
***специалистом;**
аспирантом.

Подготовка к непрерывному образованию предполагает:
развитие самостоятельного мышления
***постоянное совершенствование своей политехнической, профессиональной, общеобразовательной подготовки;**
формирование интереса к профессиональной деятельности;
всестороннее развитие личности.

Преемственность в обучении предполагает:
установление взаимосвязи между отдельными элементами знаний;
соблюдение определенного порядка в усвоении учебного материала;
***изучение предмета с опорой на пройденное;**
применение изучаемого материала в практической деятельности.

Применение изучаемого материала в практической деятельности является условием обеспечения:
принципа систематичности и последовательности в обучении;
принципа наглядности в обучении;
***принципа связи теории с практикой;**
принципа воспитывающего обучения.

Краткое, четкое указание о выполнении того или иного действия (задачи) – это:
рассказ;
объяснение;
***инструктирование;**
лекция.

Наиболее экономичным способом передачи учебной информации, при котором материал излагается концентрировано и логично, является:
***лекция;**
консультация;
урок ознакомления обучаемых с новым учебным материалом;
семинар.

Базовыми компонентами содержания обучения являются:
***знания;**
***умения;**
***навыки**
индивидуальные особенности обучаемых.

Основными особенностями педагогической культуры являются:
***нормативная заданность;**
самостоятельность;
***общественно-педагогическая направленность;**
интуитивный подход.

Когнитивный компонент в структуре педагогической культуры включает:
принятие педагогических знаний как личностно-значимых ценностей;
***знание о законах, закономерностях, принципах педагогического взаимодействия;**
владение педагогической техникой;
***знание о содержании формах и методах педагогического взаимодействия.**

Важнейшим компонентом военно-профессиональной направленности офицера, его методической подготовленности являются:
педагогическая деятельность;
***педагогические интересы;**
***педагогические убеждения;**
патриотические чувства.

Педагогическими условиями эффективного формирования педагогической культуры является:
***развитая мотивация самосовершенствования;**
наличие педагогических способностей;
***осмысление и анализ своего и чужого опыта педагогической деятельности;**
понимание задач профессиональной деятельности.

Приказ, регламентирующий организацию воспитательной работы в учреждениях и организациях, находящихся в ведении МЧС России:
№ 354 от 7 июля 2011 г.
№ 614 от 28 октября 2019 г.
№ 273-ФЗ от 25 декабря 2008 г.
№ 385 от 18 июня 2021 г.
№ 1084 от 14 декабря 2024 г.

Шкала оценивания проверки знаний:

Критерии оценки уровня сформированности компетенций у обучающихся:
от 51 до 70 % правильных ответов – оценка «3»,
от 71 до 90 % - оценка «4»,
от 91 до 100 % - оценка «5».

4. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература

1. Безрукова В. С. Педагогика: учеб. пособие / В. С. Безрукова. - Ростов н/Д.: Феникс, 2013. - 381 с. (гриф)

2. Маклаков А. Г. Общая психология : учебник для вузов / А. Г. Маклаков. - СПб. : Питер, 2008, 2011. - 583 с. (гриф)

3. Хлоповских, Ю. Г. Психология и педагогика : учебное пособие для обучающихся специальности 20.05.01 Пожарная безопасность и направления подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность / Ю. Г. Хлоповских. — Железногорск : Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2023. — 119 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/130878

Дополнительная литература

1. Вараксин В. Н. Психолого- педагогический практикум: учеб. пособие / В. Н. Вараксин, Е. В. Казанцева. - Ростов н/Д.: Феникс, 2012. - 283 с.: ил. (гриф)

2. Демченко О.Ю. Профессиональное самосознание курсантов государственной противопожарной службы: монография / О.Ю. Демченко. – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2014. – 203с.

3. Демченко О. Ю. Профессионально-психологические аспекты проявления и регуляции психических состояний сотрудников Государственной противопожарной службы МЧС России: учебное пособие. Допущено МЧС России / О. Ю. Демченко, Ю. С. Газизова. - Екатеринбург: УрИ ГПС МЧС России, 2016. - 228 с. (гриф)

4. Демченко О.Ю. Психология когнитивной деятельности: учебное пособие в 2-х ч. Ч 1 / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. - Екатеринбург: УрИ ГПС МЧС России, 2017. - 104 с.

5. Демченко О. Ю. Психология когнитивной деятельности: учебное пособие в 2-х ч. Ч 1 / О.Ю. Демченко, Ю.С. Газизова. - Екатеринбург: УрИ ГПС МЧС России, 2017. - 100 с.

6. Демченко О.Ю. Специфика проявления психических состояний в деятельности сотрудников государственной противопожарной службы МЧС России / О. Ю. Демченко, Ю. С. Газизова. - Екатеринбург : УрИ ГПС МЧС России, 2015. - 105 с.

7. Зенкова Т.М. Психология профессионального образования: практикум / Т.М. Зенкова. — 2-е изд. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 120 с. — ISBN 5-85094-338-7, 978-5-4497-0144-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/85827

8. Немов Р.С. Психология в 3 кн. / Р. С.Немов. – М. : Просвещение, 1995. (гриф)

9. Осадчук О.Л. Педагогика и психология профессионального образования. Практикум: учебное пособие / О.Л. Осадчук. — Омск: СибАДИ, 2020. — 288 с. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/149546.

10. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: учебник / под редакцией Н. С. Хрусталевой. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : СПбГУ, 2022. — 748 с. — ISBN 978-5-288-06224-7. — Текст : электронный // Лань : ЭБС. — URL: https://e.lanbook.com/book/242249

11. Психологическая подготовка: настольная книга психолога МЧС России / И. Н. Елисеева, Т. В. Лернер; ред. Ю. С. Шойгу. - М. : ЦЭПП МЧС РФ, 2011. - 128 с.

12. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / под общей ред. Ю. С. Шойгу. - М.: Смысл, 2007. - 319 с.

13. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных: учебное пособие / Т. Н. Гуренкова [и др.]; ред. Ю. С. Шойгу. - М.: ЦЭПП МЧС РФ, 2009. - 320 с.

14. Синякова М.Г. Психологическая безопасность личности в поликультурном образовательном пространстве : учебное пособие / М. Г. Синякова, В. С. Кошкаров, Э. Э. Сыманюк. - Екатеринбург : УрИ ГПС МЧС России, 2015. - 95 с.

15. Сластенин В.А. Общая педагогика в 2 ч.: учеб. пособие / В. А. Сластенин, И.Ф. Исаев. - М. : Владос, 2003

16. Шилова, И. М. Психологическое сопровождение студента в экстремальных ситуациях : учебное пособие / И. М. Шилова. — Омск : Издательство ОмГПУ, 2022. — 94 с. — ISBN 978-5-8268-2325-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/125994