

**ГОУ ВПО РОССИЙСКО-АРМЯНСКИЙ (СЛАВЯНСКИЙ)  
УНИВЕРСИТЕТ**

Составлен в соответствии с  
государственными требованиями к  
минимуму содержания и уровню  
подготовки выпускников по  
направлению Психология и  
Положением «Об УМКД РАУ».



**Институт гуманитарных наук**

**Кафедра: Психологии**

*Автор:* Саркисян Ииша Аршавировна

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС**

Дисциплина: Общий психологический практикум 2

Направление: 37.03.01 Психология

Зав кафедрой психологии

Берберян А.С.

**ЕРЕВАН**

## **Структура и содержание УМКД**

**1. Аннотация** Курс «Общий психологический практикум» относится к дисциплинам профессионального цикла, к разделу «базовая часть» (Б.3.Б.19.). Курс читается в четвертом семестре обучения (второй курс, второй семестр).

### **1.1.Выписка из ФГОС ВПО РФ по минимальным требованиям к дисциплине**

Основными целями дисциплины «Общий психологический практикум» являются: приобретение знаний об основных методах, используемых в научной и практической работе психолога и умений их адекватного использования; приобретение умений написания отчетов о результатах использования основных методов в научном исследовании, диагностическом обследовании и при оказании воздействия на человека в соответствии с общепринятыми в психологии требованиями.

### **1.2.Взаимосвязь дисциплины с другими дисциплинами учебного плана специальности (направления)**

Дисциплина «Общий психологический практикум» связана с дисциплинами «Основы общей психологии», «Введение в профессию», «Социальная психология», «Математические методы в психологии», «Экспериментальная психология», «Психодиагностика».

### **1.3.Требования к исходным уровням знаний, умений и навыков студентов для прохождения дисциплины (что должен знать, уметь и владеть студент для прохождения данной дисциплины)**

**Знать:** основные методы изучения и описания закономерностей развития и функционирования психики; психологические технологии, с помощью которых решаются практические задачи в различных областях психологии.

**Уметь:** осуществлять выбор общего метода исследований познавательных и эмоционально-мотивационных процессов в зависимости от целей и задач исследования; использовать основные психологические методы для решения научных и практических задач; обрабатывать, представлять и анализировать статистические данные исследований; профессионально воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью оптимизации психического функционирования человека; составлять отчет о результатах диагностического обследования, исследования и оказания воздействия в соответствии с психологическими нормативами.

**Владеть:** практическими приемами необходимыми для профессионального использования основных методов психологии; навыками планирования психодиагностического исследования; основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик

психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп; приемами подготовки и проведения лабораторно-практических занятий; навыками взаимодействия с испытуемым при психодиагностическом исследовании.

#### **1.4.Предварительное условие для прохождения (дисциплина(ы), изучение которых является необходимой базой для освоения данной дисциплины)**

Для эффективного овладения данной дисциплиной студенты должны иметь базовые знания по дисциплинам «Основы общей психологии», «Введение в профессию», «Математические методы в психологии».

## **2. Содержание**

### **2.1.Цели и задачи дисциплины**

**Цель дисциплины:** обучить студентов практическим навыкам и умениям.

**Задачи дисциплины:**

- формирование интереса к психологии,
- направление студента на самостоятельность, креативность в работе,
- обучение и практическое применение навыков работы с профессиональной литературой,
- применение практических методов в профессиональной деятельности.

### **2.2.Требования к уровню освоения содержания дисциплины (какие компетенции (знания, умения и навыки) должны быть сформированы у студента ПОСЛЕ прохождения данной дисциплины)**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: способность и готовность к: владению культурой научного мышления, обобщением, анализом и синтезом фактов и теоретических положений (ОК-3); использованию системы категорий и методов, необходимых для решения типовых задач в различных областях профессиональной практики (ОК-4); способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-2); применению знаний по психологии как науки о психологических феноменах, категориях и методах изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики (ПК-9); пониманию и постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности (ПК-10); участию в проведении психологических исследований на основе применения общепрофессиональных знаний и умений в различных научных и научно-практических областях психологии (ПК-11); проведению стандартного прикладного исследования в определенной области психологии (ПК-12);

способность к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп (ПК-14); одготовке условий для лабораторных и практических занятий, участие в их проведении (ПК-17).

После прохождения дисциплины студент должен:

- **знать:** основные методы по общей психологии;
- **уметь:** применять практические методы в своей профессиональной деятельности.

### **2.3.Трудовоемкость дисциплины и виды учебной работы (в академических часах и кредитах)**

Трудовоемкость дисциплины: 36 ч. практических занятий, 72 ч. самостоятельной работы, 3 кредита.

#### **2.3.1. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Виды учебной работы	Всего, в акад. часах
<b>1. Общая трудовоемкость изучения дисциплины по семестрам, в т. ч.:</b>	
1.1. Аудиторные занятия, в т. ч.:	<b>36</b>
1.1.1. Лекции	
1.1.2. Практические занятия, в т. ч.	<b>26</b>
1.1.2.1. Обсуждение прикладных проектов	
1.1.2.2. Кейсы	
1.1.2.3. Деловые игры, тренинги	
1.1.2.4. Контрольные работы	
1.1.2.5. Другое (указать)	
1.1.3.Семинары	
1.1.4.Лабораторные работы	<b>10</b>
1.1.5.Другие виды (указать)	
1.2. Самостоятельная работа, в т. ч.:	<b>72</b>
1.2.1. Подготовка к экзаменам	
1.2.2. Другие виды самостоятельной работы, в т.ч. (указать)	
1.2.2.1. Письменные домашние задания	
1.2.2.2. Курсовые работы	

1.2.2.3.	Эссе и рефераты	
1.2.2.4.	Другое (указать)	
1.3.	Консультации	
1.4.	Другие методы и формы занятий	
Итоговый контроль (экзамен, зачет, диф. зачет - указать)		<b>зачет</b>

### 2.3.2. Распределение объема дисциплины по темам и видам учебной работы

Разделы и темы дисциплины	Всего (ак. часов)	Лекции(ак. часов)	Практ. занятия (ак. часов)	Семинары (ак. часов)	Лабор. (ак. часов)	Другие виды занятий (ак. часов)
<b>1</b>	<b>2= 3+4 +5+ 6+7</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>Модуль 1.</b>						
<b>Раздел 1. Психологические методы исследования</b>						
Тема 1. Методы изучения ощущений	<b>4</b>		<b>4</b>			
Тема 2. Исследование восприятия формы, объема и величины.	<b>4</b>		<b>4</b>		<b>2</b>	
Тема 3. Исследования представлений и воображения.	<b>4</b>		<b>2</b>			
Тема 4. Методы исследования особенностей	<b>4</b>		<b>2</b>		<b>2</b>	

Тема 5. Методы изучения внимания	4		2		2	
Тема 6. Методы исследования особенностей	4		2		2	
Тема 7. Методы исследования речи	4		4			
<b>Раздел 2. Психологические методы исследования</b>						
Тема 8. Методы исследования эмоциональной сферы человека.	4		2		2	
Тема 9. Методы исследования волевой сферы человека.	4		4			
	<b>36</b>		<b>26</b>		<b>10</b>	

### 2.3.3 Содержание разделов и тем дисциплины

#### *Введение*

#### **Раздел 1. Психологические методы исследования познавательных процессов**

##### **Тема 1. Методы изучения ощущений.**

Определение ощущений. Свойства ощущений. Пороги ощущений. Шкалирование ощущений. Методы определения абсолютных порогов чувствительности. Методы определения разностных порогов чувствительности.

#### **Основной учебник:**

1. Познавательные процессы: ощущение, восприятие / Под ред. А.В. Запорожца и др. – М.: Педагогика, 1982. – 336 с.
2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.
3. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

#### **Дополнительная литература:**

1. Психологический практикум. Ощущение. Восприятие. Представление: Учебно-методическое пособие / Сост.: А.В. Генералова, О.Ю. Гроголева. – Омск: Омск. гос. ун-т, 2004. – 68 с.

2. Бардин К.В. Проблема порогов чувствительности и психофизические методы. – М., 1936. – 360 с.

3. Никольская Т.Н. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Н.Новгород: НФ МГЭИ, 2002. – 124 с.

4. <http://www.psylist.net>

## **Тема 2. Исследование восприятия формы, объема и величины.**

Исследование объема восприятия. Исследование восприятия времени. Сущность иллюзии установки. Методы исследования восприятия на примере осязания и зрительного восприятия.

### **Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.

2. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

3. Познавательные процессы: ощущение, восприятие / Под ред. А.В. Запорожца и др. – М.: Педагогика, 1982. – 336 с.

### **Дополнительная литература:**

1. Основы психологии: Практикум / Под ред. Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д: «Феникс», 2001. – 704 с.

2. Психологический практикум. Ощущение. Восприятие. Представление: Учебно-методическое пособие / Сост.: А.В. Генералова, О.Ю. Гроголева. – Омск: Омск. гос. ун-т, 2004. – 68 с.

3. Журавлев Д. В. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Курс лекций. М.: Издательство МГОУ, 2003.

4. Никольская Т.Н. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Н.Новгород: НФ МГЭИ, 2002. – 124 с.

5. <http://www.psylist.net>

## **Тема 3. Исследования представлений и воображения.**

Методы исследования представлений. Субъективные и объективные методы исследования представлений и воображения. Оценка яркости-четкости представлений по методу саморанжирования. Творческое воображение.

**Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.

2. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

**Дополнительная литература:**

1. Журавлев Д. В. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Курс лекций. М.: Издательство МГОУ, 2003

2. Практикум по общей психологии (диагностические методики). Тема: Память / Сост. Е.Г. Максименко. – Киров: КФ МГЭИ, 2000. –52 с.

3. Практическая психодиагностика. /П/р Райгородского Д.Я.. – Самара: БАХРАХ, 1998

4. <http://www.psylist.net>

**Тема 4. Методы исследования памяти.**

Особенности изучения кратковременной и долговременной памяти. Зрительная и слуховая память. Непроизвольная и произвольная память. Индивидуально-психологические различия памяти. Методика прерванных действий (эффект Зейгарник). Метод запоминания цифрового и словесного материала, измерение объёма долговременной памяти. Исследование динамики процесса заучивания

**Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии.

Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.

2. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.



3. Практикум по общей психологии (диагностические методики). Тема: Память / Сост. Е.Г. Максименко. – Киров: КФ МГЭИ, 2000. –52 с.

**Дополнительная литература:**

1. Журавлев Д. В. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Курс лекций. М.: Издательство МГОУ, 2003.

2. Практическая психодиагностика. /П/р Райгородского Д.Я.. – Самара: БАХРАХ, 1998

3. <http://www.psychlist.net>

**Тема 5. Методы изучения внимания.**

Методы исследования свойств внимания. Зависимость объема и устойчивости внимания от структуры материала, особенностей деятельности и установок личности. Зависимость успешного решения задач от индивидуальных свойств внимания. Исследование характеристик избирательности внимания, устойчивости и концентрации внимания, переключения внимания.

**Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.

4. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

**Дополнительная литература:**

1. Гудвин Дж. Исследование в психологии: методы и планирование. СПб.: Питер,2004.

2. Хрестоматия по вниманию. – М.: МГУ, 1976. – 295 с.

**Тема 6. Методы исследования особенностей мышления.**

Изучение продуктов мыслительной деятельности. Метод семантических интроспекций. Методы решения задач. Изучение условий возникновения «инсайта» с применением метода подсказки. Определение лабильности - ригидности, исследование понятийного мышления. Определение индивидуальных особенностей.

**Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с

2. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

**Дополнительная литература:**

1. Журавлев Д. В. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Курс лекций. М.: Издательство МГОУ, 2003.

2. Практическая психодиагностика. /П/р Райгородского Д.Я.. – Самара: БАХРАХ, 1998

3. Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления. – М.: МГУ, 1981. – 400 с.

4. <http://www.psychlist.net>

**Тема 7. Методы исследования речи.**

Экспериментально-психологические методы исследования языка и речи. Направленный ассоциативный эксперимент. Прямой свободный ассоциативный тест. Оценка свойств речи говорящего с помощью метода семантического дифференциала карты контроля состояния речи. Психографологические характеристики и особенности письменной речи.

**Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.

2. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

**Дополнительная литература:**

1. Практическая психодиагностика. /П/р Райгородского Д.Я.. – Самара: БАХРАХ, 1998

## **Раздел 2. Психологические методы исследования эмоционально-волевых процессов**

### **Тема 8. Методы исследования эмоциональной сферы человека.**

Экспериментальное исследование выражения эмоций. Методы измерения эмоций. Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии. Самооценка эмоциональных состояний. Метод самоотчета по шкалированному списку или по анкете. Метод дифференциальной шкалы эмоций К. Изарда. Изучение вегетативных проявлений эмоций.

#### **Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с
2. Практическая психодиагностика. /П/р Райгородского Д.Я.. – Самара: БАХРАХ, 1998
3. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

#### **Дополнительная литература:**

1. Журавлев Д. В. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Курс лекций. М.: Издательство МГОУ, 2003.

### **Тема 9. Методы исследования волевой сферы человека.**

Методы экспериментального исследования волевой активности. Самооценка степени развития силы воли. Локус контроля. Понятие «интернальность». Исследование субъективного контроля, настойчивости.

#### **Основной учебник:**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.
2. Экспериментальные исследования волевой активности. – Рязань, 1986. – С. 3-23.
3. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое

исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

**Дополнительная литература:**

1. Ильин Е.П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2000. – 282 с

**2.3.4 Краткое содержание семинарских/практических занятий и лабораторного практикума**

**Раздел 1. Психологические методы исследования познавательных процессов**

**Тема 1. Методы изучения ощущений.**

Ощущения есть отражение конкретных, отдельных свойств, качеств, сторон предметов и явлений материальной действительности, воздействующих на органы чувств в данный момент. Основные свойства ощущений: качество, интенсивность, длительность, пространственная локализация. Понятие о абсолютной чувствительности и чувствительности к различию. Абсолютный и относительный пороги ощущений. Шкалирование ощущений. Методы определения абсолютных порогов чувствительности: метод минимальных изменений (пределов границ), метод «да – нет», метод вынужденного выбора. Методы определения разностных порогов чувствительности: метод минимальных изменений, метод постоянных раздражителей, метод уравнивания. Методы измерения порога кожной чувствительности: метод минимальных изменений и метод постоянных раздражителей.

**Тема 2. Исследование восприятия формы, объема и величины.**

Восприятие является чувственным отображением предмета или явления объективной действительности, воздействующей на наши органы чувств. Основные свойства внимания - предметность, целостность, структурность, константность и осмысленность. Цели и задачи исследования восприятия в психологической практике. Исследование объема восприятия. Исследование восприятия времени. Изучение индивидуальных особенностей восприятия и оценки времени. Сущность иллюзии установки. Геометрические иллюзии зрительного восприятия. Иллюзия Мюллера-Лайера. Методы исследования восприятия на примере осязания и зрительного восприятия. Оценка особенностей восприятия формы при пассивном и активном осязании посредством воспроизведения фигур испытуемым. Определение яркости-четкости представлений.

### **Тема 3. Исследования представлений и воображения.**

Представление (вторичный образ) – это воспроизведенный субъектом образ предмета, основывающийся на прошлом опыте и возникающий в отсутствие воздействия предмета на органы чувств. Представления включают в себя ощущения всех модальностей. Воображение — это психический процесс создания нового в форме образа, представления или идеи. Основные методы исследования представлений. Опросник Д. Маркса. Исследование пространственных представлений методом хронометрии умственных действий (по методике Шепарда). Оценка яркости-четкости представлений по методу саморанжирования. Опросник Шиана. Творческое воображение. Исследование продуктивности воображения (тест Роршаха). Исследование индивидуальных особенностей воображения.

### **Тема 4. Методы исследования памяти.**

Память — форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания. Особенности изучения кратковременной и долговременной памяти. Исследование кратковременной памяти по методике Джекобсона. Зрительная и слуховая память. Методика «Оценка объёма кратковременной слуховой памяти». Непроизвольная и произвольная память. Индивидуально-психологические различия памяти. Влияние характера запоминаемого материала (объема, степень однородности, привычность, осмысленность), организация материала субъектом (ритмическая, конфигурационная, семантическая группировки) и структуры упражнений (оптимальное распределение) на процесс запоминания. Методика прерванных действий (эффект Зейгарник). Метод запоминания цифрового и словесного материала, измерение объёма долговременной памяти. Исследование динамики процесса заучивания

### **Тема 5. Методы изучения внимания.**

Внимание — это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость, сосредоточение психики (сознания), предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности. Методы исследования свойств внимания позволяют выявить зависимость объема и устойчивости внимания от структуры материала, особенностей деятельности и установок личности. Зависимость успешного решения задач от индивидуальных свойств

внимания. Исследование характеристик избирательности внимания (проба Мюнстерберга). Изучение устойчивости и концентрации внимания (Корректирующая проба Бурдона). Исследование переключения внимания (таблицы Шульте, Горбова, методика «Счёт с переключением»).

#### **Тема 6. Методы исследования особенностей мышления.**

Мышление — наиболее обобщенная и опосредованная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами. Виды мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое мышление. Методами исследования особенностей мышления являются изучение продуктов мыслительной деятельности, метод семантических интроспекций и т.д. Также интересны методы решения задач, изучение условий возникновения «инсайта» с применением метода подсказки. Для определения лабильности - ригидности мышления чаще всего используются методики «Словесный лабиринт», «Интеллектуальная лабильность». Для исследования понятийного мышления - методики: «Исключение лишнего», «Логика связей», «Сравнение понятий». Определение индивидуальных особенностей мышления - методика «Понимание пословиц».

#### **Тема 7. Методы исследования речи.**

Речь – совокупность произносимых или воспринимаемых звуков, имеющих тот же смысл, и то же значение, что и соответствующая им система письменных знаков. Экспериментально-психологические методы исследования языка и речи. Направленный ассоциативный эксперимент. Прямой свободный ассоциативный тест. Оценка свойств речи говорящего с помощью метода семантического дифференциала, карты контроля состояния речи. Изучение выразительности и развития речи у детей. Графология как научная дисциплина. Психографологические характеристики и особенности письменной речи.

### **Раздел 2. Психологические методы исследования эмоционально-волевых процессов**

#### **Тема 8. Методы исследования эмоциональной сферы человека.**

В психологии эмоциями называют процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме переживаний. Эмоции, чувства служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и к окружающему его миру. Экспериментальное исследование выражения эмоций: а) мимические, пантомимические и речевые проявления эмоций; б)

физиологические показатели эмоций; в) проблема надежности различных индикаторов эмоций. Методы измерения эмоций. Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии. Самооценка эмоциональных состояний. Метод самоотчета по шкалированному списку или по анкете. Метод дифференциальной шкалы эмоций К. Изарда. Изучение вегетативных проявлений эмоций. . Распознавание эмоций по выражению лица. Самооценка эмоционального состояния с применением шкалы К. Изарда. Методика Б.И. Додонова на определение общей эмоциональной направленности. Методика на выявление особенностей эмоциональной памяти. Экспресс-диагностика эмпатии с помощью методики И.М. Юсупова.

### **Тема 9. Методы исследования волевой сферы человека.**

Методы экспериментального исследования волевой активности. Самооценка степени развития силы воли. Локус контроля. Понятие «интернальность». Исследование субъективного контроля, настойчивости. Использование метода наблюдения для оценки волевых качеств (Методика разработана А.И. Высоцким). Методики самооценки волевых свойств. Исследование произвольности и самоконтроля. Методика исследования волевой организации личности. Тест-опросник А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции». Тест «Самооценка силы воли». Шкала контроля за действием Куля.

### **2.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Для материально-технического обеспечения дисциплины «Общий психологический практикум» необходимы аудитория, компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедийный проектор; комплекты стимульного материала к различным заданиям, раздаточный материал для проведения лабораторных работ, тестовые тетради и чистые бланки; диктофон, подсобные материалы для проведения психологических тестов.

### **2.5. Распределение весов по модуля и формам контроля**

Формы контролей	Веса форм текущих контролей в результирующих оценках текущих контролей			Веса форм промежуточных контролей в оценках промежуточных контролей			Веса оценок промежуточных контролей и результирующих оценок текущих контролей в итоговых оценках промежуточных контролей			Веса итоговых оценок промежуточных контролей в результирующей оценке промежуточных контролей		Веса результирующей оценки промежуточных контролей и оценок итоговых контролей результирующей оценке итоговых контролей
	М1 <sup>1</sup>	М2	М3	М1	М2	М3	М1	М2	М3			
Контрольная работа												
Тест												
Курсовая работа												
Лабораторные работы						1						
Письменные домашние задания												
Реферат			0.5									
Эссе												
<i>Устный опрос</i>			0.5									
<i>Другие формы (Указать)</i>												

<sup>1</sup> Учебный Модуль





<b>Экзамен/зачет (оценка итогового контроля)</b>												0 Заче
	$\Sigma$ = 1	$\Sigma$ = 1	$\Sigma =$ 1	$\Sigma$ =	$\Sigma$ =	$\Sigma$ =	$\Sigma$ = 1	$\Sigma$ = 1	$\Sigma$ = 1	$\Sigma = 1$	$\Sigma = 1$	

### **3. Теоретический блок**

#### **3.1. Материалы по теоретической части курса**

##### 3.1.1. Учебник(и)

##### **5. Базовый учебник**

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Изд.2-е, доп.и перераб. / Под ред. А.А.Крылова и С.А.Маничева. – СПб., Изд.СпбГУ, Питер, 2003. 560 с.

2. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений: В 3 кн. – Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999. – 632 с.

##### **б) Основная литература**

1. Основы психологии: Практикум /Под ред. Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д: «Феникс», 2001. – 704 с.

2. Познавательные процессы: ощущение, восприятие /Под ред. А.В. Запорожца и др. – М.: Педагогика, 1982. – 336 с.

3. Практикум по психодиагностике /Под ред. В.В. Столина, А.Г. Шмелева. М., 1984.

4. Практикум по общей психологии (диагностические методики). Тема: Память /Сост. Е.Г. Максименко. – Киров: КФ МГЭИ, 2000. –52 с.

5. Практическая психодиагностика. /П/р Райгородского Д.Я.. – Самара: БАХРАХ, 1998

6. Психологическая диагностика/ Ред.-сост. Е.М. Борисова. Бийск, 1993.

7. Психологическая диагностика /Под ред. К.М. Гуревича. М., 1981.

8. Хрестоматия по вниманию. – М.: МГУ, 1976. – 295 с.

9. Экспериментальные исследования волевой активности. – Рязань, 1986. – С. 3-23.

10. Бардин К.В. Проблема порогов чувствительности и психофизические методы. – М., 1936. – 360 с.

11. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 160 с: ил.
12. Гамезо М.В., Домашенко Н.А. Атлас по психологии. – М.: Просвещение, 1986. – 272 с.
13. Гудвин Дж. Исследование в психологии: методы и планирование. СПб.: Питер, 2004.
14. Журавлев Д. В. Методология и методы психолого-педагогического исследования: Курс лекций. М.: Издательство МГОУ, 2003
15. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. - Екатеринбург, АРД ЛТД, 1997. - 144 с.
16. Немов Р.С. Практическая психология: Учеб. пособие. – М.: ВЛАДОС, 1997. – 320 с.
17. Романова Е. С. Потемкина О. Графические методы в психологической диагностике. ДОС. М.: Дидакт, 1991. - 164 с
18. Столяренко Л.Д. Основы психологии (с практикумом). - Ростов / Д., Феникс, 1996. - 736 с.

#### **б) Дополнительная литература**

1. Психологический практикум. Ощущение. Восприятие. Представление: Учебно-методическое пособие / Сост.: А.В. Генералова, О.Ю. Гроголева. – Омск: Омск. гос. ун-т, 2004. – 68 с.
2. Психофизические исследования восприятия и памяти (ред. Ю.М.Забродин) М., 1981.
3. Хрестоматия по общей психологии. Вып. III. Субъект познания. Отв. Ред. В.В. Петухов. М. 1998.
4. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. – М.: МПА, 1995. – 264 с.
5. Андреева Г.М. Социальная психология. Учеб. - М., Аспект-Пресс, 1997. - 376 с.
6. Аронсон Э. Общественное животное. Введение в социальную психологию. - М, АспектПресс, 1998. 517 с.
7. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. – М.: ЧеРо, 1995. – 384 с.
8. Гусев А.Н. и др. Общий психологический практикум. - М., 1997.
9. Ильин Е.П. Психология воли. – Спб.: Питер, 2000. – 282 с
10. Никольская Т.Н. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии. Н.Новгород: НФ МГЭИ, 2002. – 124 с.

11. Особрина С.В. Психодиагностические возможности метода пиктограмм // Диагностика психических состояний в норме и патологии. – Л.: Медицина, 1980. – С. 112-122.
12. Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления. – М.: МГУ, 1981. – 400 с.
13. Селье Г. Стресс без дистресса. М. 1979
14. Собчик Л.Н. Диагностика межличностных отношений. Модифицированный вариант интерперсональной диагностики Т. Лири: Методическое руководство. – М.: ИКА "Москва", 1990. С.48.
15. Солсо Р. Когнитивная психология. М., 1996.
16. Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. Вып. V. М. 1975
17. Холодная М.А. Когнитивные стили как проявление своеобразия индивидуального интеллекта. Киев: УМК ВО, 1990. С.75.
18. Шехтер М.С. Зрительное опознание: закономерности и механизмы. М., 1981

3.1.2. Учебное(ые) пособие(я)

**3.1.3. Краткий конспект лекций (краткие аннотации по каждой теме)**

Данной программой дисциплины «Общий психологический практикум» лекции не предусмотрены (см. пункт 2.3.)

**3.1.4. Электронные материалы (электронные учебники, учебные пособия, краткие конспекты лекций, презентации РРТ и т.п.)**

<http://www.ht.ru>,

<http://www.psytest.ru>,

<http://www.psylist.net>,

<http://koob.ru>,

<http://ihtik.lib.ru>,

<http://elibrary.ru>,

<http://vsetesti.ru>,

<http://azps.ru>,

<http://www.imaton.ru>,

<http://psychology-online.net/articles/doc-1211.html>,

<http://flogiston.ru> (неофициальный сайт факультета психологии МГУ),

<http://voppsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»),

<http://psychol.ras.ru/08.shtml> («Психологический журнал»),

<http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/index.html> («Вестник Московского университета» Серия 14. Психология),  
<http://imaton.spb.ru> (Институт практической психологии ИМАТОН).

### 3.2. Глоссарий/терминологический словарь

Основной словарь: Большой психологический словарь / под ред. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П., М.: 2003 - 672 с

**Абсолютный порог** (англ. *absolute threshold*) — вид *сенсорного порога*. Как понятие классической *психофизики*, А. п. — это величина раздражителя, который вызывает едва заметное *ощущение*. С учетом статистического характера связи между раздражителем и ощущением (реакцией) можно также сказать, что А. п. — это такая величина раздражителя, при которой ощущение (или ответная реакция) возникает с определенной частотой (обычно 50%). Для определения А. п. в классической психофизике разработан ряд методов: *метод постоянных раздражителей*, *метод минимальных изменений*, *метод средней ошибки* (метод установки) и др.

**Аффект** (лат. *affectus* – душевное волнение, страсть) – эмоциональная реакция, протекающая бурно и кратковременно: вспышка сильных чувств (гнева, ужаса, ярости, радости), сопровождающаяся снижением сознательного контроля над состоянием, поведением. Специалисты различают нормальный и патологический аффекты, а также лиц, менее или более склонных к аффективным реакциям. Лица, склонные к аффектам, могут быть источниками паники в толпе.

**Внимание** – избирательная направленность сознания на ограниченный круг объектов, процессов (внешних или относящихся к психике). К вниманию иногда относят действия контроля и самоконтроля.

**Воля** – свойство (состояние) человек, проявляющееся в его способности сознательно управлять своей психикой и поступками. Проявляется в преодолении препятствий, возникающих на пути достижения сознательно поставленной цели. Не следует путать с насилием над собой. Воля далеко не всегда предполагает принуждение себя.

**Восприятие** – множество познавательных процессов и действий по отображению в сознании некоторых целостностей, выделяемых субъектом во внешнем по отношению к его сознанию мире (включая и других людей, и телесность самого человека).

**Воспроизведение** – доступное для наблюдения умственное действие, заключающееся в восстановлении и реконструкции актуализированного содержания в той или иной знаковой форме.

**Дифференциальный порог** (англ. *differential threshold*) — разновидность сенсорного порога, означает **наименьшее различие** между 2 раздражителями, выше которого испытуемый дает на них реакцию (обычно — в виде сообщения о появлении ощущения различия, отличия между ними) как на 2 различающихся раздражителя и ниже которого раздражители кажутся ему одинаковыми, неразличимыми. Т. о., Д. п. принято выражать в виде **разницы** между величинами переменного и постоянного (фонового, стандартного) раздражителей.

**Забывание** – процесс, характеризующийся постепенным уменьшением возможности припоминания и воспроизведения заученного или воспринятого материала.

**Зейгарник эффект** (англ. *Zeigarnik effect*) — мнемический эффект, состоящий в зависимости эффективности *запоминания* материала (действий) от степени законченности действий. З. э. назван по имени открывшей его в 1927 г. ученицы К. Левина — Б. В. Зейгарник. Суть феномена состоит в том, что человек лучше запоминает действие, которое осталось незавершенным. Это объясняется той напряженностью, которая возникает в начале каждого действия, но не получает разрядки, если действие не закончилось.

**Иллюзии восприятия** (англ. *illusion*; от лат. *illudere* — обманывать) — искаженные восприятия реальных предметов. Наибольшее их число наблюдается в области *зрения*. Особенно многочисленны зрительные иллюзии («обманы зрения»), возникающие при отражении некоторых пространственных свойств предметов (длин отрезков, величин предметов и углов, расстояний между предметами, формы) и движения

**Локус контроля** (англ. *locus of control*) — термин американского психолога Джулиана Роттера (Rotter, 1966) для обозначения способов (стратегий), посредством которых люди приписывают (атрибутируют) причинность и ответственность за результаты своей и чужой деятельности. Предполагается, что у разных людей есть *склонность* (предпочтение) к определенному типу приписывания причинности и ответственности. Иначе говоря, люди могут сильно отличаться тем, какие *атрибуции* они дают своим и/или чужим успехам и неудачам.

**Мышление** – множество психических процессов, действий, состояний, направленных на решение различных задач (практических и теоретических) и обеспечивающих это решение (нахождение ответа). Мобилизация мышления как функциональной системы осуществляется отчасти сознательно, отчасти благодаря привычкам, навыкам и иным автоматизмам, сформированным нервной системой в ходе предшествующего развития, воспитания, образования, самообразования человека.

**Настроение** – сравнительно продолжительные, устойчивые эмоциональные состояния умеренно или слабой интенсивности, проявляющиеся в качестве общего фона психической жизни человека, характеризуются преобладанием тех или иных эмоций.

**Ощущение** – субъективное отражение свойств объективного мира, возникающее при воздействии раздражителей на рецепторы органов восприятия.

**Память** – множество психических процессов, действий, состояний, направленных на запечатление, мысленную организацию, сохранение и воспроизведение прошлого опыта человека.

**Потребности** – психическое или физиологическое состояние напряжения, отражающее недостаток (нужду) человека или животного в чем-то, необходимом для их нормального существования. Потребности как состояние являются источником жизненной активности субъекта в том смысле, что оказывают побуждающее влияние, направленное на снятие возникшего напряжения.

**Психодиагностика** (греч. psyche – душа и diagnostikos – способный распознавать) – отрасль психологической науки, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей личности.

**Чувства** – высшие, культурно обусловленные эмоции человека, отличающиеся относительной устойчивостью, обобщенностью, соответствием потребностям и (в особенности) ценностям, сформировавшимся в ходе развития человека как личности.

**Эмоции** (лат. emoveo – потрясаю, волну) – особый класс психических явлений, проявляющийся в форме непосредственного, пристрастного переживания субъектом жизненного смысла этих явлений, предметов и ситуаций для удовлетворения своих потребностей.

#### **4. Практический блок**

4.1. Планы практических и семинарских занятий

**4.2. Планы лабораторных работ и практикумов**

**Лабораторная работа 1** к теме 2. Исследование восприятия времени.

**Лабораторная работа 2** к теме 4. Методика «Оперативная память».

**Лабораторная работа 3** к теме 5. Тест Бурдона

**Лабораторная работа 4** к теме 6. Методики «Словесный лабиринт», «Интеллектуальная лабильность».

**Лабораторная работа 5** к теме 8. Методика Б.И. Додонова на определение общей эмоциональной направленности. Экспресс-диагностика эмпатии с помощью методики И.М. Юсупова

### **4.3.Материалы по практической части курса**

См. пункт 3.1.1.

- 4.3.1. Учебно-методические пособия
- 4.3.2. Учебные справочники
- 4.3.3. Задачники (практикумы)
- 4.3.4. Хрестоматии
- 4.3.5. Наглядно-иллюстративные материалы
- 4.3.6. Др.

## **5. Материалы по оценке и контролю знаний**

### **5.1. Вопросы и задания для самостоятельной работы студентов**

#### **Тема 1. Методы изучения ощущений.**

- Определение ощущения.
- Основные свойства ощущений.
- Понятие об абсолютной чувствительности и чувствительности к различию.
- Абсолютный и относительный пороги ощущений.
- Методы определения абсолютных порогов чувствительности
- Методы измерения порога кожной чувствительности.

#### **Тема 2. Исследование восприятия формы, объема и величины.**

- Определение восприятия.
- Основные свойства внимания.
- Исследование объема восприятия.
- Сущность иллюзии установки.
- Иллюзия Мюллера-Лайера.
- Методы исследования восприятия на примере осязания и зрительного восприятия.



### **Тема 3. Исследования представлений и воображения.**

- Определение представления.
- Определение воображения.
- Основные методы исследования представлений.
- Исследование индивидуальных особенностей воображения.

### **Тема 4. Методы исследования памяти.**

- Определение памяти.
- Особенности изучения кратковременной и долговременной памяти.
- Влияние характера запоминаемого материала и структуры упражнений на

процесс запоминания.

- Эффект Зейгарник.

### **Тема 5. Методы изучения внимания.**

- Определение внимания.
- Исследование характеристик избирательности внимания.
- Изучение устойчивости и концентрации внимания.
- Исследование переключения внимания.

### **Тема 6. Методы исследования особенностей мышления.**

- Определение мышления.
- Виды мышления.
- Изучение продуктов мыслительной деятельности как метод исследования

особенностей мышления.

- Метод семантических интроспекций.
- Определение индивидуальных особенностей.

### **Тема 7. Методы исследования речи.**

- Определение речи.
- Экспериментально-психологические методы исследования языка и речи.
- Направленный ассоциативный эксперимент.
- Прямой свободный ассоциативный тест.
- Изучение выразительности и развития речи у детей.

### **Тема 8. Методы исследования эмоциональной сферы человека.**

- Определение эмоций.
- Экспериментальное исследование выражения эмоций.

- Методы измерения эмоций. Изучение экспрессивного компонента эмоций методом наблюдения эмоциональной экспрессии.

- Метод дифференциальной шкалы эмоций К. Изарда.
- Изучение вегетативных проявлений эмоций.
- Распознавание эмоций по выражению лица.
- Самооценка эмоционального состояния с применением шкалы К. Изарда.

#### **Тема 9. Методы исследования волевой сферы человека.**

- Методы экспериментального исследования волевой активности.
- Самооценка степени развития силы воли.
- Локус контроля. Понятие «интернальность».
- Методики самооценки волевых свойств.
- Шкала контроля за действием Куля.

### **5.2 Тематика курсовых работ, рефератов, эссе и других форм самостоятельных работ**

#### **Примерный перечень тем рефератов.**

1. Методы определения порогов чувствительности.
2. Методы исследования восприятия.
3. Сущность иллюзии установки. Теории иллюзий установки.
4. Особенности исследования представлений.
5. Исследование воображения.
6. Творческое воображение.
7. Память, процессы памяти, виды памяти.
8. Современные исследования памяти.
9. Особенности внимания в детском возрасте.
10. Исследование характеристик внимания у младших школьников.
11. Изучение устойчивости и концентрации внимания.
12. Мышление, операции мышления, формы мышления, виды мышления.
13. Определение активности мышления с помощью регистрации его продуктивности в заданиях различного типа.
14. Исследование креативного мышления.
15. Методы исследования памяти Г.Эббингауза.
16. Методы исследования памяти в бихевиоризме.
17. Приемы и методы развития памяти.

18. Эффект Зейгарник.
19. Формирование внимания в экспериментах.
20. Классические методы исследования ощущений.
21. Методы исследования восприятия движения.
22. Методы исследования восприятия времени.
23. Язык и его единицы. Речь, её виды.
24. Экспериментально-психологические методы исследования языка и речи.
25. Направленный ассоциативный эксперимент.
26. Прямой свободный ассоциативный тест.

### **5.3 Образцы вариантов контрольных работ, тестов и/или других форм текущих и промежуточных контролей.**

Данной программой контрольные работы не предусмотрены.

### **5.4. Перечень экзаменационных вопросов**

Данной программой экзамен не предусмотрен.

### **5.5. Образцы экзаменационных билетов**

Данной программой экзамен не предусмотрен.

### **5.6.Образцы экзаменационных практических заданий\***

Данной программой экзамен не предусмотрен.

### **5.7.Банк тестовых заданий для самоконтроля\***

Данной программой тестирование не предусмотрено.

### **5.8.Методики решения и ответы к образцам тестовых заданий\***

Данной программой тестирование не предусмотрено.

## **6 Методический блок**

### **6.1 Методика преподавания, обоснование выбора данной методики.**

В соответствии с требованиями ФГОС-3 ВПО в учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий в виде обсуждения полученных в ходе исследования результатов, разбора ситуационных задач и случаев из практики. При изучении дисциплины «Общий психологический практикум» используются следующие методики преподавания: дискуссия, решение проблемных задач, проблемных ситуаций, кейс-технологии, обсуждение письменных рефератов (докладов). При подготовке к занятиям студенты повторяют базовый теоретический материал. Основное время уделяется практической работе по проведению диагностического исследования, написанию отчетов по результатам исследования,

решению ситуационных задач.

## **6.2 Методические рекомендации для студентов**

Каждая из изучаемых методов исследования осваивается по следующей схеме: 1) краткая теория изучаемого явления и процесса; 2) цель исследования; 3) описание методики; 4) процедура организации и проведения отдельных практических методик; 5) обработка данных; 6) анализ результатов; 7) выводы и обобщения.

При изучении дисциплины «Общий психологический практикум» особое внимание следует уделить повторению тех вопросов, которые изучались в курсе «Общая психология» и содержат систему научных знаний о психических процессах, явлениях и отдельных свойствах личности, рассматриваемых в данном курсе.

### **6.2.1 Методические указания по организации самостоятельной работы студентов при изучении конкретной дисциплины**

При организации самостоятельной работы студентов указываются рекомендуемые образовательные ресурсы как из библиотечного фонда университета, так и из интернет-источников.

### **6.2.2 Методические указания по подготовке к семинарским, практическим или лабораторным занятиям**

Требования к оформлению лабораторных работ и практических занятий определяются спецификой содержания дисциплины «Общий психологический практикум». Оценивание лабораторных работ проводится дифференцированно (по двадцатибалльной системе) и при определении оценок за семестр рассматривается как один из основных показателей текущего учета знаний. Сумма оценок 5 лабораторных работ определяет общую оценку по стобалльной системе.

Методические рекомендации по выполнению лабораторных работ включают в себя:

- наименование раздела (темы);
- наименование темы лабораторной работы;
- перечень необходимых средств обучения (оборудование, материалы и др.);
- содержание заданий;
- инструкции по выполнению заданий;
- требования к результатам работы, в т.ч. к оформлению;
- критерии оценки и формы контроля;
- приложения.

### **6.2.3 Методические рекомендации по написанию самостоятельных работ, в том числе курсовых работ, рефератов, эссе и др.**

#### **Структура и оформление реферата**

1. Титульный лист.
2. План-оглавление.
3. Введение. Раскрывается тема реферата, объясняется выбор темы, ее актуальность и значимость. Во введении также отмечают цель и задачи реферата.
4. Основная часть. Состоит из нескольких разделов или глав, каждый из которых описывает отдельную проблему.
5. Заключение. На основе рассмотренной литературы подводятся итоги по теме реферата, в случае необходимости даются рекомендации.
6. Библиография.

При написании реферата используются не менее 5-10 источников.

Реферат представляется, как правило, в печатном виде на одной стороне листа формата А4; шрифт Times New Roman 14 пт; межстрочный интервал 1,5; должны быть предусмотрены поля: левое поле - 30 мм, правое, верхнее и нижнее – 20 мм.

#### **Критерии оценки реферата**

Реферат оценивают по следующим критериям:

- соответствие теме и глубина проработки материала;
- правильность и полнота использования источников;
- оформление реферата;
- презентация реферата.