

**КАФЕДРА ОРГАНИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
С ПСИХОЛОГИЕЙ И ПЕДАГОГИКОЙ**

**ПЕДИАТРИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ АУДИТОРНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА»**

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы специалитета по специальности 31.05.02 Педиатрия,  
утвержденной 31.08.2020 г.

**СОСТАВИТЕЛИ:**

к.м.н., доцент А.С. Татров, к.п.н. Р.Р. Аветисян,

**Оглавление****Введение**

**Тема занятия №1. Психология как наука, грани взаимодействия психологии и медицины.**

**Тема занятия №2. Педагогика как наука, педагогические составляющие деятельности врача**

**Тема занятия №3. Психология познавательных процессов.**

**Глава I. Ощущения и восприятие.**

**Глава II. Внимание и память.**

**Глава III. Мышление. Воображение. Речь.**

**Глава IV. Эмоции.**

**Тема занятия №4. Психология личности.**

**Тема занятия №5. Элементы возрастной психологии и психологии развития.**

**Тема занятия №6. Элементы социальной психологии и их учет в деятельности врача.**

**Тема занятия №7. Психология здоровья и здорового образа жизни.**

**Тема занятия №8. Современные педагогические методы и технологии обучения.**

**Тема занятия №9. Основы медико – просветительской деятельности врача.**

## Тема занятия №1. Психология как наука, грани взаимодействия психологии и медицины.

**Цель:** Ознакомить с предметом психологии, ее место в системе наук (психология и философия, психология и педагогика, психология и физиология, психология и медицина). Современные психологические школы. Предмет и методы психологии. Этика психологического исследования.

**Место проведения:** аудитория.

**Студент должен знать:**

1. Предмет психологии как научной дисциплины
2. Место психологии в системе наук.
3. Современные психологические школы.
4. Методы психологии: наблюдение, эксперимент, квазиэксперимент тестирование.
5. Валидность и надежность методов психологии.
6. Этика психологического исследования.

**Студент должен уметь:**

1. Уметь пользоваться методами исследования применяемыми в психологии.
2. Грамотно и самостоятельно анализировать и оценивать социальную ситуацию в России и за ее пределами, осуществлять свою деятельность с учетом результатов этого анализа.

**Практическая часть.**

Аутоаналитический опросник здоровой личности (В.А. Ананьев).

**Цель:** Выявление степени зрелости (здоровья) личности.

**Среднее время проведения:** 15 мин.

**Инструкция.** Постарайтесь искренне ответить на предложенные в перечне вопросы. Ответ «да» оценивается тремя баллами, ответ «нет» — одним. Надеемся, что ваши ответы помогут вам глубже заглянуть в себя, поразмыслить над тем, что в себе можно изменить, что стоит приобрести, от чего избавиться. Надо помнить, что данный опросник предназначен не столько для того, чтобы дать количественную оценку «зрелости» вашей личности, что в принципе невозможно, сколько для того, чтобы сделать тест средством самоанализа на пути самосовершенствования.

**Текст опросника.**

1. Вы отваживаетесь взять на себя ответственность за собственную жизнь и поступки и не обвиняете других, когда дела идут не так.
2. Вы достаточно мудры, чтобы не мешать другим жить своей жизнью.
3. Вы сами, без подсказок, знаете, что для вас хорошо, а что плохо.
4. При принятии решений вы во многом доверяете интуиции.
5. Вы понимаете, что сначала нужно быть довольным собой, а потом уже другими.
6. Вы бережно относитесь к своему телу, развиваете интеллект и духовные качества для того, чтобы обрести целостность и гармоничность.
7. Вы предпочитаете преодолевать собственные вершины, а не карабкаться на чужие.
8. Вы способны изменить привычные схемы своего поведения в поиске новых путей общения с миром.
9. Вы знаете, что свобода — это внутреннее, а не зависящее от обстоятельств состояние.
10. Вы умеете создать вокруг себя состояние мира и спокойствия, когда вокруг бушует буря.
11. Вы ощущаете, что ведомы высшей силой и чувствуете себя ее частью.
12. Вы желаете обрести совершенство, но прощаете недостатки себе и другим.
13. У вас есть силы находить жизнь прекрасной и удивительной даже во время испытаний и лишений.
14. Вы понимаете, что в жизни неизбежны перемены и их не надо бояться.
15. Вы способны видеть за цепочкой случайных событий целостность бытия.
16. Вы умеете любить и делать добрые дела, ничего не требуя взамен.
17. Вы готовы искать всегда и везде, чтобы постичь истину.
18. Вы стараетесь поступать так, как подсказывает вам ваша совесть.
19. Вы не возмущаетесь критикой в свой адрес, а стараетесь найти в ней полезные для совершенствования моменты.
20. Вы умеете проигрывать, принимать поражения и разочарования без жалоб и злости.
21. Вы способны остаться верным себе и своей цели даже перед лицом отвержения и непопулярности.
22. Вы способны трансцендировать (расширять до масштабов всей Земли) среду и культуру, в которой живете.
23. Вы умеете принимать комплименты достойно, без ложной скромности.
24. Вы не беспокоитесь преждевременно, а также по поводу событий, не зависящих от вас.
25. Вы постоянно и четко осознаете различия между целью и средствами ее достижения.
26. Вы умеете устанавливать тесные эмоциональные отношения с близкими и друзьями.
27. Вы не теряете чувства юмора ни при каких обстоятельствах.
28. Вы живете спонтанно и естественно, синхронно с жизнью.
29. Проблемы, на которых вы сфокусированы, лежат вне вас.
30. Вы обладаете чувством принадлежности ко всему человечеству, хотя и видите его недостатки.

31. Вы достаточно изобретательны в своей деятельности и не следуете стереотипам.

32. Вы знаете, откуда черпать силы и вдохновение, и умеете это делать.

33. Вы смиряетесь с неизбежным, с тем, что уже произошло.

34. Вы не уходите от жизни различными способами, а предпочитаете иметь дело с действительностью, какой бы она ни была.

35. Вы не критикуете других, не разобравшись в сути дела.

36. Вы терпеливы, потому что знаете: рана заживает постепенно.

37. Вы не выходите из себя и не «бьетесь головой о стену» по пустякам.

38. Мораль для вас определяется собственным опытом, а не чужим мнением.

39. Вы всегда просите о помощи, когда осознаете, что в ней нуждаетесь.

40. Вы составляете разумный план и реализуете промежуточные цели на пути к главной.

#### **Интерпретация:**

Суммируйте баллы. По сумме определите свою ступень на лестнице «взросления личности».

- 40-70: начало «зрелости» - впереди трудная, но нужная работа над собой.
- 70-100: умеренная зрелость - есть еще резервы к совершенствованию.
- 100-120: уверенная зрелость - вам удалось выйти на новый виток человеческого существования.

## **Тема занятия №2. Педагогика как наука, педагогические составляющие деятельности врача**

**Цель занятия:** изучить общие основы педагогики, ознакомиться с основными категориями и понятиями. Изучить цели, содержание обучения, ознакомиться с методами обучения, педагогические ситуации в работе врача. Барьеры общения. Ознакомить с условиями эффективного общения. Конфликты в медицине.

**Место проведения:** аудитория.

#### **Студент должен знать:**

- 1.Определение понятия «педагогика».
- 2.Функции педагогической науки в медицинском образовании. Инновационные педагогические технологии.
- 3.Основные категории и понятия педагогики.
- 4.Цели высшего медицинского образования.
- 5.Цели и содержание обучения. Модели и методы обучения.
- 6.Методы обучения в медицинских вузах.
- 7.Формы организации учебного процесса.
- 8.Функции педагогического контроля.
- 9.Педагогическое общение в работе врача.
- 10.Средства общения. Невербальные компоненты общения.
- 11.Конфликты в медицине. Виды, стратегии поведения в конфликте.

#### **Студент должен уметь:**

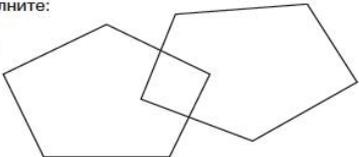
- 1.Использовать педагогический процесс, используя следующие аспекты:
  - цели - для чего учиться;
  - содержание - чему учиться;
  - методы и средства - как учиться.
- 2.Использовать методы и формы обучения в учебном процессе.
- 3.Владеть определенным минимумом информации, который становится основой для планирования и осуществления правильного лечения.
- 4.Владеть средствами общения, невербальными компонентами, необходимыми для успешного диалога с пациентом.
- 5.Владеть стратегиями поведения в конфликтной ситуации.

#### **Краткая шкала оценки психического статуса (MMSE)**

Если пациент жалуется на возникшие проблемы в когнитивной сфере и есть подозрения на деменцию, необходимо принять меры по объективизации нарушений в когнитивной сфере: анамнез, анамнез окружающих, первичное нейропсихологическое обследование.

Для этого в повседневной практике используются следующие процедуры.

Рис. 1. Опросник MMSE.

(ФИО пациента) _____		/ / _____ Дата
<b>КРАТКАЯ ШКАЛА ОЦЕНКИ ПСИХИЧЕСКОГО СТАТУСА</b>		
Проба	Оценка, баллы	
1. Ориентировка во времени: «Назовите дату» (число, месяц, год, день недели)	0–5	
2. Ориентировка на месте: «Где мы находимся?» (страна, область, город, клиника, этаж)	0–5	
3. Восприятие: «Повторите три слова: карандаш, дом, копейка»	0–3	
4. Концентрация внимания: «Последовательно вычитайте из 100 по 7» Другой вариант: просим произнести слово «земля» наоборот. Каждая ошибка снижает оценку на 1 балл. Например, если произносится «ямлез» вместо «ялмез», ставится 4 балла; если «ямлзе» – 3 балла и т.д.	0–5	
5. Память: «Припомните 3 названных слова» (см. пункт 3)	0–3	
6. Речь: Показываем ручку и часы, спрашиваем: «Как это называется?» Просим повторить предложение: «Никаких если, и или но»	0–2 0–1	
7. Выполнение 3-этапной команды: «Возьмите правой рукой лист бумаги, сложите его вдвое и положите на стол»		
8. Чтение. Прочтите и выполните: 1) закройте глаза; 2) напишите предложение; 3) срисуйте изображение	0–3	
Общий балл:		

### Инструкции

1. Ориентировка во времени. Попросите больного полностью назвать сегодняшнее число, месяц, год и день недели. Максимальный балл (5) дается, если больной самостоятельно и правильно называет число, месяц и год. Если приходится задавать дополнительные вопросы, ставится 4 балла. Дополнительные вопросы могут быть следующие: если больной называет только число спрашивают "Какого месяца?", "Какого года?", "Какой день недели?". Каждая ошибка или отсутствие ответа снижает оценку на один балл.

2. Ориентировка в месте. Задается вопрос: "Где мы находимся?". Если больной отвечает не полностью, задаются дополнительные вопросы. Больной должен назвать страну, область, город, учреждение в котором происходит обследование, номер комнаты (или этаж). Каждая ошибка или отсутствие ответа снижает оценку на один балл.

3. Восприятие. Дается инструкция: "Повторите и постарайтесь запомнить три слова: карандаш, дом, копейка". Слова должны произноситься максимально разборчиво со скоростью одно слово в секунду. Правильное повторение слова больным оценивается в один балл для каждого из слов. Следует предъявлять слова столько раз, сколько это необходимо, чтобы испытуемый правильно их повторил. Однако, оценивается в баллах лишь первое повторение.

4. Концентрация внимания. Просят последовательно вычитать из 100 по 7, так как это описано в 2.1.3.е. Достаточно пяти вычитаний (до результата "65"). Каждая ошибка снижает оценку на один балл. Другой вариант: просят произнести слово "земля" наоборот. Каждая ошибка снижает оценку на один балл. Например, если произносится "ямлез" вместо "ялмез" ставится 4 балла; если "ямлзе" - 3 балла и т.д.

5. Память. Просят больного вспомнить слова, которые заучивались в п.3. Каждое правильно названное слово оценивается в один балл.

6. Речь. Показывают ручку и спрашивают: "Что это такое?", аналогично - часы. Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

Просят больного повторить вышеуказанную сложную в грамматическом отношении фразу. Правильное повторение оценивается в один балл.

Устно дается команда, которая предусматривает последовательное совершение трех действий. Каждое действие оценивается в один балл.

Даются три письменных команды; больного просят прочитать их и выполнить. Команды должны быть написаны достаточно крупными печатными буквами на чистом листе бумаги. Правильное выполнение второй команды предусматривает, что больной должен самостоятельно написать осмысленное и грамматически законченное предложение. При выполнении третьей команда больному дается образец (два пересекающихся пятиугольника с равными углами), который он должен перерисовать на нелинованной бумаге. Если при перерисовке возникают пространственные искажения или несоединение линий, выполнение команды считается неправильным. За правильное выполнение каждой из команд дается один балл.

## Интерпретация результатов

Итоговый балл выводится путем суммирования результатов по каждому из пунктов. Максимально в этом тесте можно набрать 30 баллов, что соответствует оптимальному состоянию когнитивных функций. Чем ниже итоговый балл, тем более выражен когнитивный дефицит. Результаты теста могут трактоваться следующим образом:

- 28 – 30 баллов – нет нарушений когнитивных функций;
- 24 – 27 баллов – преддементные когнитивные нарушения;
- 20 – 23 балла – деменция легкой степени выраженности;
- 11 – 19 баллов – деменция умеренной степени выраженности;
- 0 – 10 баллов – тяжелая деменция.

По количеству заданий MMSE значительно превосходит тесты, описанные выше, и требует больше времени для проведения. Однако ее чувствительность при легких формах деменции низка: суммарный балл может оставаться в пределах нормального диапазона. В этом случае судить о наличии болезни врач может по динамике результатов (сравнивать результаты, показанные с интервалом в несколько месяцев): если у человека развивается деменция, результаты будут ухудшаться; при отсутствии заболевания показанный результат будет стабильным.

Невелика также чувствительность этой методики при деменциях с преимущественным поражением подкорковых структур или лобных долей головного мозга. Для таких случаев в арсенале врачей есть другие тесты.

## «Оценка уровня общительности»

Данный тест, оценивающий общий уровень общительности, разработан В.Ф. Ряховским.

**Инструкция:** Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: "да", "нет", "иногда".

### Опросник

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?
2. Вызывает ли у вас смущение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?
7. Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будет томиться в ожидании?
12. Бойтесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так?
14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в спор?
15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
16. Хотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

### Обработка результатов

«Да» - 2 очка, «иногда» - 1 очко, «нет» - 0 очков.

Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории людей относится испытуемый.

Классификатор к тесту В.Ф.Ряховского

**30 - 32 очка** - Вы явно некоммуникабельны, и это ваша беда, так как страдаете от этого больше Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

**25 - 29 очков** - Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают Вас в панику, то надолго выводит из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недо-

вольством - в вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

**19 - 24 очков** - Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

**14 - 18 очков** - у Вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у Вас раздражение.

**9 - 13 очков** - Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры), любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего Вам не достает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.

**4 - 8 очков** - Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас мигрень и даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

**3 очка и менее** - Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно Вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в Вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для Вас. Людям - и на работе, и дома, и вообще повсюду - трудно с Вами. Да, Вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье - такой стиль жизни не проходит бесследно.

### **Тема занятия №3. Психология познавательных процессов.**

**Цель занятия:** Ознакомить с определениями и основными свойствами познавательных психических процессов: ощущения, восприятие, память, внимание, мышление, воображение, речь и эмоции. Способы совершенствования познавательных процессов. Их место в обучении и профессиональной деятельности врача.

**Место проведения:** аудитория

#### **Глава I. Ощущения и восприятие.**

**Цель занятия:** Ознакомить с определениями и основными свойствами ощущения и восприятия.

**Студент должен знать:**

1. Определения ощущения и восприятия.
2. Виды ощущений и классификацию ощущений. Свойства ощущений.
3. Измерение и изменение ощущений.
4. Основные свойства образы восприятия: предметность, константность, целостность, категоричность.
5. Иллюзии зрительного восприятия. Восприятие пространства, времени и движения. Механизмы восприятия формы предметов и их величины, восприятие времени.

**Студент должен уметь:**

1. Определять ведущую сенсорную систему человека с помощью специальных методик.

#### **Определение ведущей сенсорной системы человека**

Ведущая сенсорная система человека указывает на предпочитаемый канал восприятия информации (зрительный, слуховой, кинестетический), что имеет большое значение при определении индивидуальных методов и средств подачи информации в процессе общения, обучения, совместной деятельности, в семейном взаимодействии и пр.

**Инструкция:** Внимательно прочитайте вопросы и в опроснике обведите кружком номера тех из них, с которыми Вы согласны.

1. Люблю наблюдать за облаками и звездами
2. Часто напеваю себе потихоньку
3. Не признаю моду, которая неудобна
4. Люблю ходить в сауну
5. В автомашине цвет для меня имеет значение
6. Узнаю по шагам, кто вошел в помещение

7. Меня развлекает подражание диалектам
8. Внешнему виду придаю серьезное значение
9. Мне нравится принимать массаж
10. Когда есть свободное время, люблю наблюдать за людьми
11. Плохо себя чувствую, когда не наслаждаюсь движением
12. Видя одежду в витрине, знаю, что мне будет в ней хорошо
13. Когда услышу старую мелодию, ко мне возвращается прошлое
14. Люблю читать во время еды
15. Люблю поговорить по телефону
16. У меня есть склонность к полноте
17. Предпочитаю слушать рассказ, который кто-то читает, чем читать самому
18. После плохого дня мой организм в напряжении
19. Охотно и много фотографирую
20. Долго помню, что мне сказали приятели или знакомые
21. Легко отдать деньги за цветы, потому что они украшают жизнь
22. Вечером люблю принять горячую ванну
23. Стараюсь записывать свои личные дела
24. Часто разговариваю с собой
25. После длительной езды на машине долго прихожу в себя
26. Тембр голоса многое мне говорит о человеке
27. Придаю значение манере одеваться у других
28. Люблю потягиваться, расправлять конечности, разминаться
29. Слишком твердая или слишком мягкая постель для меня мука
30. Мне не легко найти удобную обувь
31. Люблю смотреть теле- и видеофильмы
32. Узнаю, когда-либо виденные лица даже через годы
33. Люблю ходить под дождем, когда капли стучат по зонтику
34. Люблю слушать, когда говорят
35. Люблю заниматься подвижным спортом или выполнять какие-либо двигательные упражнения, иногда и потанцевать
36. Когда близко тикает будильник, не могу уснуть
37. У меня неплохая стереоаппаратура
38. Когда слушаю музыку, отбиваю такт ногой
39. На отдыхе люблю осматривать памятники архитектуры
40. Не выношу беспорядок
41. Не люблю синтетических тканей
42. Считаю, что атмосфера в помещении зависит от освещения
43. Часто хожу на концерты
44. Само пожатие руки много мне говорит о данной личности
45. Охотно посещаю галереи и выставки
46. Серьезная дискуссия – это интересно
47. Через прикосновение можно сказать значительно больше, чем словами
48. В шуме не могу сосредоточиться

**Обработка и интерпретация данных:** Подсчитайте результаты, начисляя по 1 баллу за совпадение с ключом в каждом из разделов.

Ключ для обработки результатов:

Визуальный: 1,5,8,10,12,14,19,21,23,27,31,32,39,40,42,45

Аудиальный: 2,6,7,13,15,17,20,24,26,33,34,36,37,43,46,48

Кинестетический: 3,4,9,11,16,18,22,25,28,29,30,35,38,41,44,47

Раздел, в котором испытуемый набрал наибольшее количество баллов, определяет ведущую сенсорную систему.

Результат тестирования \_\_\_\_\_

## Глава II. Внимание и память.

**Цели занятия:** Изучить определения внимания и памяти, основные характеристики психических процессов внимания и памяти, ознакомить с методиками, касающихся оценки памяти и внимания.

**Студент должен знать:**

1. Определение памяти и определение внимания.
2. Типы, виды и свойства памяти.
3. Методы исследования памяти.
4. Виды, свойства внимания и памяти.
5. Методы исследования внимания.

**Студент должен уметь:**

1. Владеть определенным минимумом информации, о психических процессах памяти и внимания.
2. Знать возможные нарушения внимания и памяти и их значение для оценки состояний пациента и его взаимоотношений с медицинским персоналом.
3. Знать методы психодиагностики внимания и памяти.

### Методика Мюнстерберга

Методика направлена на определение избирательности внимания. Рекомендуется для использования при профотборе на специальности, требующие хорошей избирательности и концентрации внимания, а также высокой помехоустойчивости.

**Инструкция:** "Среди буквенного теста имеются слова. Ваша задача как можно быстрее считывая текст, подчеркнуть эти слова".

Пример: рюклбюсрадостьуфрнкп.

Время работы – 2 минуты.

Методика проводится как в группе, так и индивидуально. Оценивается количество выделенных слов и количество ошибок (пропущенные и неправильно выделенные слова).

бсолнцвтргщцоэрайонгсучновостьхэыгчяфактуэкзаментрочягщ  
шгцкппрокуроргурсеабетеорияемтоджебамхоккейтроицафцуйгахт  
телевизорболджщзфюэлгщбпамятьшогхэюжипдргщхщндвосприятие  
йцукендшизхвфяпыролдблюбовьябфьтрплослдспектакльясинтьбюн  
бюерадостьвуфциежцдоррпнародшалдхэппцигернкуыфйщрепортажэк  
ждорлафьюфьбконкурсйфнячьгузскарплличностьзжэьеюдшщгложин  
эцрплаваньедтлжэзбьтэрдшжнпркывкомедияшлдкуйфотчаянийфрлнь  
ячвтлджэыгфтасенлабораториягщдщнруцтргщчтлроснованиезхжьб  
щдэркентаопруквсмтрпсихиатриябплинстчьйфясмтщзайэьягнтзхтм

**Интерпретация:**

Отличный показатель: 27-24 слов

Хороший показатель: 23-20 слов

Нормальный показатель: 19-16 слов

Низкий показатель: 15-10 слов

Результат тестирования \_\_\_\_\_

### Метод «пиктограмма»

Метод «пиктограмма» был впервые предложен А. Р. Лурия для изучения опосредованного запоминания. С этой целью испытуемыми предлагалось определенное количество слов и выражений, которое помогло бы вспомнить соответствующее слово. Таким образом, испытуемый должен был «пиктографически» (пиктография — рисуночное письмо) записать ряд достаточно сложных понятий, прямое изображение которых затруднено либо невозможно.

Настоящие методические рекомендации представляют модификацию процедуры проведения исследования и оригинальную схему интерпретации данных «пиктограммы», позволяющую получить значимую информацию об особенностях личности испытуемых.

Исследование лучше начинать после какой-либо другой методики исследования памяти (10 слов, тест зрительной ретенции Бентона). Экспериментатор дает испытуемому лист бумаги и карандаш и произносит текст инструкции: «Теперь мы проверим Вашу память другим способом. Вам будут названы слова и целые выражения, которые необходимо запомнить. Для того, чтобы облегчить себе запоминание на каждое слово нужно нарисовать рисунок, все равно какой, но так, чтобы он помог Вам вспомнить соответствующее слово. Качество рисунка не имеет никакого значения, важно лишь, чтобы он помог Вам при запоминании. Не пишите ни слов, ни букв». Инструкцию следует предъявлять один раз, повторение ее допускается лишь в ответ на прямую просьбу испытуемого.

Материал настоящего исследования накоплен в отношении стандартного набора из 16 понятий, приводимых в руководстве В. М. Блейхера / Блейхер В. М. Клиническая психология, Ташкент, 1976./ Достоинством этого набора является то, что он свободен от понятий, которые при обычной технике рисования могут быть легко пере-

даны графически. Испытуемым предъявляется следующий набор понятий: 1. Веселый праздник; 2. Тяжелая работа; 3. Вкусный ужин; 4. Болезнь; 5. Печаль; 6. Счастье; 7. Любовь; 8. Развитие; 9. Разлука; 10. Обман; 11. Победа; 12. Подвиг; 13. Вражда; 14. Справедливость; 15. Сомнение; 16. Дружба.

Необходимо соблюдать данную последовательность предъявления понятий, что имеет значение для динамического анализа «пиктограммы».

Предъявление понятий и выполнение испытуемым рисунков составляет первый этап исследования. На этом этапе задача экспериментатора сводится к тому, чтобы фиксировать спонтанные разъяснения и замечания испытуемого, а также осуществлять приблизительный хронометраж, поскольку использование секундомера создает у испытуемых впечатление ограниченности времени. Желательно зафиксировать общее время исследования и наиболее длительные паузы. Оценка времени от предъявления понятий до начала выполнения рисунка («латентное время» по Л. С. Драгунской) проводится незаметно для испытуемого — по секундной стрелке ручных часов.

После того как испытуемый закончил выполнение задания, экспериментатор приступает к опросу, который выделяется в отдельный этап исследования для того, чтобы не повлиять на дальнейший ход исследования и отделить «спонтанные» разъяснения от «вынужденных».

Опрос следует проводить избегая суггестии, недопустимы, в частности, вопросы типа: «А этот рисунок имеет какое-либо отношение к Вам лично?». У испытуемого не должно возникнуть впечатление, что его разъяснениям придается какое-то особое значение, поэтому нежелательно на глазах у испытуемого записывать каждое его слово. Во время опроса уточняется уровень абстрактности образа, наличие индивидуальной значимости образа для испытуемого, иногда, при малодифференцированном изображении уточняется его характер.

Через полчаса после окончания исследования испытуемого просят вспомнить слова по рисункам. После этого экспериментатор приступает к третьему этапу исследования — ретестированию. Значение этого этапа исследования тем больше, чем необычнее «пиктограмма» испытуемого, чем хуже продуктивность опосредованного запоминания. Основная задача ретестирования — выявить «латентные» возможности испытуемого, оставшиеся «за кадром» при основном исследовании.

В целом ретестирование как бы возвращает методу его «пластичность», уменьшенную стандартизацией процедуры исследования и набора понятий, не препятствуя получению спонтанных данных. На третьем этапе экспериментатор занимает более активную, порой — авторитарную позицию.

Понятие	Разъяснения	Воспр-е	Формал. Оценка
1. Весёлый праздник			
2. Тяжёлая работа			
3. Вкусный ужин			
4. Болезнь			
5. Печаль			
6. Счастье			
7. Любовь			
8. Развитие			
9.Разлука			
10. Обман			
11. Победа			
12. Сомнение			
13. Вражда			
14. Справедливость			
15. Дружба			

## Глава III. Мышление. Воображение. Речь.

**Цель:** Изучить процессы мышления, воображения, речи. Разобрать основные виды, типы, формы и функции мышления, воображения и речи. Научить определять типологию мышления.

### Студент должен знать:

1. Определение понятий «мышление», «воображение» «речь».
2. Виды, формы, методы, операции, индивидуальные особенности мышления.
3. Развитие мышления в онтогенезе. Законы логики и мышления.
4. Виды воображения. Ятрогении.
5. Виды и функции речи.
6. Соотношение мышления и речи.

### Студент должен уметь:

1. Исследовать нарушения речи.
2. Провести методику А.Алексеевой, Л.Громовой по определению индивидуальных стилей мышления.

### Исследование мышления.

Уже в ходе целенаправленной беседы мы можем оценить особенности мыслительного процесса у больного, вникнуть в сущность отдельных операций, выявить клинически очерченные нарушения течения ассоциаций или патологические идеи (бредовые, сверхценные, навязчивые). Следует обращать внимание на темп мышления, активность выполнения мыслительных операций. При ускорении мышления оно характеризуется повышенной отвлекаемостью, поверхностностью ассоциаций, легкостью переключения с одной темы на другую, «скачкой идей». В случае замедленности процессов мышления больные медленно переходят от одного суждения к другому, умозаключения формируются замедленно, ассоциации возникают с трудом, переключение с одной темы на другую затруднено.

Кроме опроса и оценки поведения, в исследовании мышления имеют большое значение экспериментально-психологические методы. Но без знания личностных особенностей больного правильная оценка результатов экспериментального исследования мышления весьма затруднительна. Существует большое число экспериментально-психологических методов, с помощью которых можно исследовать различные аспекты нарушения мышления.

**Темп и течение ассоциаций.** С физиологической точки зрения исследование ассоциаций есть не что иное, как исследование образованных в прошлом жизненном опыте временных связей. Они воспроизводятся под действием слов-раздражителей и выражаются в речевых реакциях. Эта методика пригодна для изучения скорости образования ассоциативных связей (темпа мышления), развитости процессов обобщения и отвлечения, а также других особенностей мышления и личности в целом.

В наиболее распространенном классическом варианте ассоциативного эксперимента больному предлагается на каждое предложенное экспериментатором слово сразу отвечать одним первым пришедшим на ум другим словом.

Обычно предлагается набор из 20-60 слов: фиксируется ответ, а также время между словом исследователя и ответной реакцией больного (латентный период, равный в норме 1.5—2 с).

**Классификация** — операция процесса мышления, которая требует умения выделять существенные признаки предметов.

Методика направлена первоочередно на исследование мышления (процессов обобщения и абстрагирования, последовательности умозаключений и т.п.), но она дает также возможность анализа критичности и обдуманности действий больного, объема и устойчивости его внимания, личностных реакций на свои достижения и неудачи.

Методика применима для исследования детей и взрослых любого образовательного уровня. Однако для исследования детей до 3—4-го класса школы и малограмотных взрослых часть карточек следует исключить (измерительные приборы, учебные пособия). Предлагается рассортировать (классифицировать) с обоснованием своего решения 70 карточек с цветными и черно-белыми изображениями различных предметов, людей, животных, растений.

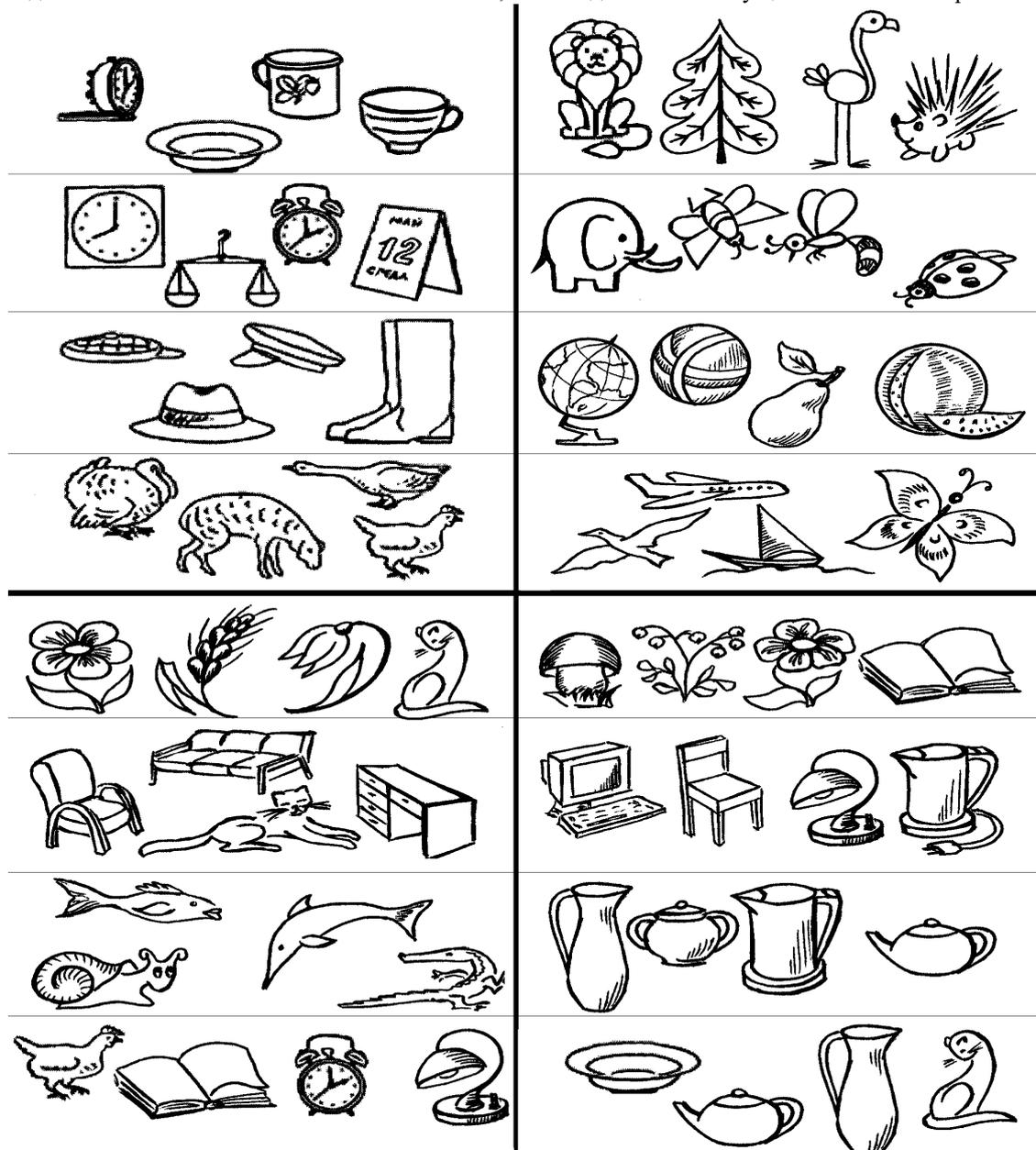
Методика позволяет выявить *снижение процесса обобщения*, которое характерно для больных олигофренией и эпилепсией. Конкретное мышление, которое характерно для олигофрении, определяется в случаях, когда испытуемый объединяет предметы в сугубо конкретные ситуационные группы (например, пальто со шкафом, «потому, что пальто висит в шкафу»).

Склонность к *детализации*, характерная для больных эпилепсией, определяется в случаях, когда испытуемый выделяет группы правильно, но слишком их дробит (например, «одежда домашняя и одежда на выход», «мебель мягкая и мебель кухонная»). От излишней детализации следует отличать такое выполнение задания, когда групп также много, но это связано не с дроблением, а наличием *одноименных групп*. Это уже будет проявлением забывчивости, рассеянности, сужения объема внимания, что бывает при сосудистых и иных органических болезнях мозга.

Методика весьма чувствительна к выявлению специфических нарушений мышления, характерных для больных шизофренией: искажения процессов обобщения, актуализации случайных ассоциаций, разноплановости мышления и некоторых других. Главное, что можно отметить в этих случаях, заключается в том, что больные начинают складывать одни группы чрезвычайно обобщенно, а другие — чрезмерно детально. Уже

только это можно расценивать как *непоследовательность мышления*, которая чаще всего бывает при шизофрении. Подобное явление иногда можно встретить при органических болезнях мозга, но только в период обострения психопатологических расстройств.

Существует ряд модификаций методики классификации: классификация геометрических фигур, специальные задания на исключение понятий, выделения существенных признаков предметов.



**Методика «Исключение предметов (понятий)»** — оценивается способность разграничивать разнородные понятия. Испытуемый должен исключить из группы «лишний» из четырех или пяти предметов (например: «стол, ступ, кровать, пол, шкаф»; «дряхлый, старый, изношенный, маленький, ветхий»). Иногда специально вводят в задание карточки с рисунками (словами), где нельзя провести такого рода исключение и обобщение. Здоровые обследуемые в таких случаях заявляют, что задание невыполнимо, а больные шизофренией с легкостью объединяют в группу предметы, используя «слабый», латентный признак того или иного предмета.

**Методика «Выделение существенных признаков предметов (понятий)»** — позволяет судить о качестве понимания главных и второстепенных признаков предметов и явлений. Предлагаются задания, где испытуемый должен выделить существенные признаки ключевого понятия, подчеркнув признаки, без которых данное понятие не существует (например, «Сад: растения, садовник, собака, забор, земля» или «Река, берег, рыба, рыболов, тина, вода»).

**Понимание переносного смысла пословиц.** Для изучения процессов абстрагирования больному можно предложить задания на понимание переносного смысла пословиц или понимание содержания сюжетных картин и коротких рассказов (в том числе с нелепостями). Здесь существенную роль в общей оценке результатов играет отношение обследуемого к допускаемым ошибкам — замечает ли он их самостоятельно, или только с помощью экспериментатора. Требуется знать при этом, как он мотивирует ошибочные решения и насколько они доступны коррекции.

**Формирование искусственных понятий** (методика двойной стимуляции). Испытуемому предлагается два ряда стимулов: один ряд играет роль объекта, на который направлено поведение, другой — роль знака, с помощью которого поведение организуется. Например, имеется набор объемных геометрических фигур, различных по форме, размерам и цвету. На обратной стороне фигур написаны незнакомые испытуемому слова («окс», «нур» и др.). Требуется после нескольких проб найти все фигуры с данными словами. Обращают внимание на то, сколько понадобилось таких проб, чтобы у испытуемого сформировалось искусственное понятие, т.е. признак, по которому осуществлялся выбор. Иногда, правильно распознавая фигуры, обследуемый не может правильно назвать их общие признаки, что может свидетельствовать о слабости процессов обобщения и отвлечения на вербальном уровне. Таким образом, предметом изучения в данном эксперименте становится не только процесс сравнения и обобщения фигур, но и влияние на этот процесс слова (знака), обозначающее искомое сочетание признаков.

**Исследование логических связей и отношений между понятиями** — применяется методика образования парных аналогий в рисуночном и словесном вариантах, где в соответствии с образцом (пара слов) подбирается новая пара, аналогичная по признаку, представленному в образце. Например: школа/обучение; больница/(доктор, ученик, учреждение, лечение, больной).

1. Лошадь: жеребенок	Корова: пастбище, рога, молоко, теленок, бык
2. Тонкий: толстый	Безобразный: красивый, жирный, грязный, урод, веселый
3. Свинец: тяжелый	Пух: трудный, перина, перья, легкий, куриный
4. Ложка: каша	Вилка: масло, нож, тарелка, мясо, посуда
5. Яйцо: скорлупа	Картофель: курица, огород, капуста, суп, шелуха
6. Коньки: зима	Лодка: лед, каток, весло, лето, река
7. Ухо: слышать	Зубы: видеть, лечить, рот, щетка, жевать
8. Собака: шерсть	Щука: овца, ловкость, рыба, удочки, чешуя
9. Пробка: плавать	Камень: пловец, тонуть, гранит, возить, каменщик
10. Чай: сахар	Суп: вода, тарелка, крупа, соль, ложка
11. Дерево: сук	Рука: топор, перчатка, нога, работа, палец
12. Дождь: зонтик	Мороз: палка, холод, сани, зима, шуба
13. Бежать: стоять	Кричать: молчать, ползать, шуметь, звать, плакать
14. Волк: пасть	Птица: воздух, клюв, соловей, яйца, пение
15. Растение: семя	Птица: зерно, клюв, соловей, пение, яйцо

#### Методика сложных аналогий

Обследуемому предлагается на бланке 20 пар слов, отношения между которыми построены на абстрактных связях, на этом же бланке в рубрике «Шифр» расположены 6 пар слов с соответствующими цифрами от 1 до 6. В бланке следует в течение трех минут обвести кружком соответствующую цифру, аналогичную соотношению в ключе.

Шифр	1. Овца – стадо	4. Свет - темнота
	2. Малина - ягода	5. Отравление - смерть
	3. Море - океан	6. Враг - неприятель

1. Испуг - бегство	12345611.	Мечь - поджог	123456
2. Физика - наука	12345612.	Десять - число	123456
3. Правильно - верно	12345613.	Плакать - реветь	123456
4. Грядка - огород	12345614.	Глава - роман	123456
5. Пара - два	12345615.	Покой - дыхание	123456
6. Слово - фраза	12345616.	Смелость - геройство	123456
7. Бодрый - вялый	12345617.	Прохлада - мороз	123456
8. Свобода - воля	12345618.	Обман - недоверие	123456
9. Страна - город	12345619.	Пение - искусство	123456
10. Похвала - брань	12345620.	Тумбочка - шкаф	123456

Ключ: 5, 2, 6, 1, 6, 1, 4, 6, 3, 4 — 5, 2, 6, 1, 4, 6, 3, 5, 2, 3. Норма правильных ответов 5 и выше.

## Тест «Индивидуальные стили мышления» (А. Алексеева, Л. Громовой)

Этот тест предназначен для того, чтобы помочь определить предпочитаемый вами способ мышления, а также манеру задавать вопросы и принимать решения. Среди предлагаемых на выбор ответов нет правильных или неправильных. Максимум полезной информации вы получите в том случае, если будете как можно точнее сообщать об особенностях вашего реального мышления, а не о том, как, по-вашему, следовало бы мыслить.

Каждый пункт данного опросника состоит из утверждения, за которым следуют пять его возможных окончаний. Ваша задача — указать ту степень, в которой каждое окончание применимо к вам. На опроснике в квадратах справа от каждого окончания проставьте номера — 5, 4, 3, 2 или 1, указывающие на ту степень, в которой данное окончание применимо к вам: от 5 (более всего подходит) до 1 (менее всего подходит). Каждый номер (балл) должен быть использован только один раз. Каждое из пяти окончаний в группе должно получить номер.

А

Когда между людьми имеет место конфликт на почве идей, я отдаю предпочтение той стороне, которая:

- 1) устанавливает, определяет конфликт и пытается выразить его открыто;
- 2) лучше всех выражает затрагиваемые ценности и идеалы;
- 3) лучше всех отражает мои личные взгляды и опыт;
- 4) подходит к ситуации наиболее логично и последовательно;
- 5) излагает аргументы наиболее кратко и убедительно.

Б

Когда я начинаю работать над проектом в составе группы, самое важное для меня:

- 1) понять цели и значение этого проекта;
- 2) раскрыть цели и ценности участников рабочей группы;
- 3) определить, как мы собираемся разрабатывать данный проект;
- 4) понять, какую выгоду этот проект может принести для нашей группы;
- 5) чтобы работа над проектом была организована и сдвинулась с места.

В

Вообще говоря, я усваиваю новые идеи лучше всего, когда могу:

- 1) связывать их с текущими или будущими занятиями;
- 2) применять их к конкретным ситуациям;
- 3) сосредоточиться на них и тщательно их проанализировать;
- 4) понять, насколько они сходны с привычными идеями;
- 5) противопоставить их с другими идеями.

Г

Для меня графики, схемы, чертежи в книгах или статьях обычно:

- 1) полезнее текста, если они точны;
- 2) полезны, если они ясно показывают важные факты;
- 3) полезны, если они поднимают вопросы по тексту;
- 4) полезны, если они подкрепляются и поясняются текстом;
- 5) не более и не менее полезны, чем другие материалы.

Д

Если бы мне предложили провести какое-то исследование, я, вероятно, начал бы с...

- 1) попытки определить его место в более широком контексте;
- 2) определения того, смогу ли я выполнить его в одиночку или мне потребуется помощь;
- 3) размышлений и предложений о возможных результатах;
- 4) решения о том, следует ли вообще проводить это исследование;
- 5) попытки сформулировать проблему как можно полнее и точнее.

Е

Если бы мне пришлось собирать от членов какой-то организации информацию, касающуюся ее насущных проблем, я предпочел бы:

- 1) встретиться с ними индивидуально и задать каждому конкретные вопросы;
- 2) провести общее собрание и попросить их высказать свои мнения;
- 3) опросить их небольшими группами, задавая общие вопросы;
- 4) встретиться неофициально с влиятельными лицами и выяснить их взгляды;
- 5) попросить членов организации предоставить мне (желательно в письменной форме) всю относящуюся к делу информацию, которой они располагают.

Ж

Вероятно, я буду считать что-то правильным, истинным, если это «что-то»:

- 1) выстояло против оппозиций, выдержало сопротивление противоположных подходов;
- 2) согласуется с другими вещами, которым я верю;
- 3) было подтверждено на практике;
- 4) поддается логическому и научному доказательству;

5) можно проверить лично на доступных наблюдению фактах.

З

Когда я на досуге читаю журнальную статью, она будет скорее всего:

- 1) о том, как кому-то удалось решить личную или социальную проблему;
- 2) посвящена дискуссионному или социальному вопросу;
- 3) сообщением о научном или историческом исследовании;
- 4) об интересном, забавном человеке или событии;
- 5) точном, без доли вымысла, сообщении о чем-то интересном жизненном опыте.

И

Когда я читаю отчет о работе, я обращаю внимание на...

- 1) близость выводов к моему личному опыту;
- 2) возможность выполнения данных рекомендаций;
- 3) надежность и обоснованность результатов фактическими данными;
- 4) понимание автором целей и задач работы;
- 5) интерпретацию данных.

К

Когда передо мной поставлена задача, первое, что я хочу узнать — это:

- 1) каков наилучший метод для решения этой задачи;
- 2) кому и когда нужно, чтобы эта задача была решена;
- 3) почему эту задачу стоит решить;
- 4) какое влияние решение может иметь на другие задачи, которые приходится решать;
- 5) какова прямая, немедленная выгода от решения данной задачи.

Л

Обычно я узнаю максимум о том, как следует делать что-то новое, благодаря тому что:

- 1) уясняю для себя, как это связано с чем-то другим, что мне хорошо знакомо;
- 2) принимаюсь за дело как можно раньше;
- 3) выслушиваю различные точки зрения по поводу того, как это сделать;
- 4) есть кто-то, кто показывает мне, как это сделать;
- 5) тщательно анализирую, как это сделать наилучшим образом.

М

Если бы мне пришлось проходить испытания или сдавать экзамен, я предпочел бы:

- 1) набор объективных, проблемно-ориентированных вопросов по предмету;
- 2) дискуссию с теми, кто также проходит испытания;
- 3) устное изложение и показ того, что я знаю;
- 4) сообщение в свободной форме о том, как я примерил то, чему научился.
- 5) письменный отчет, охватывающий историю вопроса, теорию и метод.

Н

Люди, особые качества которых я уважаю больше всего, это — вероятно,...

- 1) выдающиеся философы и ученые;
- 2) писатели и учителя;
- 3) лидеры политических и деловых кругов;
- 4) экономисты и инженеры;
- 5) фермеры и журналисты.

О

Вообще говоря, я нахожу теорию полезной, если она...

- 1) кажется родственной тем другим теориям и идеям, которые я уже усвоил;
- 2) объясняет вещи новым для меня образом;
- 3) способна систематически объяснить множество связанных ситуаций;
- 4) служит прояснению моего личного опыта и наблюдений;
- 5) имеет конкретное практическое приложение.

П

Когда я читаю книгу (статью), выходящую за рамки моей непосредственной деятельности, я делаю это главным образом из-за...

- 1) заинтересованности в совершенствовании своих профессиональных знаний;
- 2) указания со стороны уважаемого мной человека на возможную ее полезность;
- 3) желания расширить свою общую эрудицию;
- 4) желания выйти за пределы собственной деятельности для разнообразия;
- 5) стремления узнать больше об определенном предмете.

Р

Когда я читаю статью по дискуссионному вопросу, то предпочитаю, чтобы в ней:

- 1) показывались преимущества для меня, в зависимости от выбираемой точки зрения;
- 2) излагались все факты в ходе дискуссии;
- 3) логично и последовательно обрисовывались затрагиваемые спорные вопросы;
- 4) определялись ценности, которые использует автор;

5) ярко освещались обе стороны спорного вопроса и сущность конфликта.

С

Когда я впервые подхожу к какой-то технической проблеме, я скорее всего буду:

- 1) пытаться связать ее с более широкой проблемой или теорией;
- 2) искать пути и способы решить эту проблему;
- 3) обдумывать альтернативные способы ее решения;
- 4) искать способы, которыми другие, возможно, уже решили эту проблему;
- 5) пытаться найти самую лучшую процедуру для ее решения.

Т

Вообще говоря, я более всего склонен к тому, чтобы:

- 1) находить уже существующие методы, которые работают, и использовать их как можно лучше;
- 2) ломать голову над тем, как разнородные методы могли бы работать вместе;
- 3) открывать новые и более совершенные методы;
- 4) находить способы заставить существующие методы работать лучше и по-новому;
- 5) разбираться в том, как и почему существующие методы должны работать.

А теперь, пожалуйста, перенесите ваши ответы в соответствующие квадратики на бланке дешифратора и суммируйте баллы сначала по строкам, а затем — по столбцам, следуя указаниям на этом бланке.

Перепишите ваши оценки в пять пустых квадратов, расположенных ниже.

А	Ж	Н						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
Б	З	О						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
В	И	П						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
Г	К	Р						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
Д	Л	С						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
Е	М	Т						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>						
			С	И	П	А	Р	

Итак, самая трудная работа позади. Теперь необходимо оценить полученные результаты и дать им содержательную интерпретацию.

Но прежде — проверьте качество своей работы. Пять ваших оценок, записанных в обозначенных буквами квадратах (С, И, П, А, Р) нижней части бланка-дешифратора, в сумме должны составить 270 баллов.

В ином случае вам придется проверить свою «бухгалтерию»: сначала — по вертикали, а затем, в случае необходимости, и по горизонтали. Если и это не поможет найти ошибку, остается одно — проверить правильность ваших ответов (в смысле соблюдения инструкции) на каждый пункт опросника. Так или иначе, нужно добиться выполнения условия «С + И + П + А + Р = 270».

Как вы уже, наверное, догадались, буквы есть не что иное, как начальные буквы названий стилей мышления.

С — синтетический стиль

И — идеалистический стиль

П — прагматический стиль

А — аналитический стиль

Р — реалистический стиль

Синтетический стиль мышления проявляется в том, чтобы создавать что-то новое, оригинальное, комбинировать несходные, часто противоположные идеи, взгляды, осуществлять мысленные эксперименты. Девиз Синтезатора — «Что если...». Синтезаторы стремятся создать по возможности более широкую, обобщенную концепцию, позволяющую объединить разные подходы, «снять» противоречия, примирить противоположные позиции. Это теоретизированный стиль мышления, такие люди любят формулировать теории и свои выводы строят на основе теорий, любят замечать противоречия в чужих рассуждениях и обращать на это внимание окружающих людей, любят заострить противоречие и попытаться найти принципиально новое решение, интегрирующее противоположные взгляды, они склонны видеть мир постоянно меняющимся и любят перемены, часто ради самих перемен.

Идеалистический стиль мышления проявляется в склонности к интуитивным, глобальным оценкам без осуществления детального анализа проблем. Особенность Идеалистов — повышенный интерес к целям, потребностям, человеческим ценностям, нравственным проблемам; они учитывают в своих решениях субъективные и социальные факторы, стремятся сглаживать противоречия и акцентировать сходство в различных позициях, легко, без внутреннего сопротивления воспринимают разнообразные идеи и предложения, успешно решают такие проблемы, где важными факторами являются эмоции, чувства, оценки и прочие субъективные моменты, порой утопически стремясь всех и все примирить, объединить. «Куда мы идем и почему?» — классический вопрос Идеалистов.

Прагматический стиль мышления опирается на непосредственный личный опыт, на использование тех материалов и информации, которые легко доступны, стремясь как можно быстрее получить конкретный результат (пусть и ограниченный), практический выигрыш. Девиз Прагматиков: «Что-нибудь да сработает», «Годится все, что работает». Поведение Прагматиков может казаться поверхностным, беспорядочным, но они придерживаются установки: события в этом мире происходят несогласованно, и все зависит от случайных обстоятельств, поэтому в непредсказуемом мире надо просто пробовать: «Сегодня сделаем так, а там посмотрим...» Прагматики хорошо чувствуют конъюнктуру, спрос и предложение, успешно определяют тактику поведения, используя в свою пользу сложившиеся обстоятельства, проявляя гибкость и адаптивность.

Аналитический стиль мышления ориентирован на систематическое и всестороннее рассмотрение вопроса или проблемы в тех аспектах, которые задаются объективными критериями, склонен к логической, методичной, тщательной (с акцентом на детали) манере решения проблем. Прежде чем принять решение, аналитики разрабатывают подробный план и стараются собрать как можно больше информации, объективных фактов, используя и глубокие теории. Они воспринимают мир логичным, рациональным, упорядоченным и предсказуемым, поэтому склонны искать формулу, метод или систему, способную дать решение той или иной проблемы и поддающуюся рациональному обоснованию.

Реалистический стиль мышления ориентирован только на признание фактов, и «реальным» является только то, что можно непосредственно почувствовать, лично увидеть или услышать, прикоснуться и т. п. Реалистическое мышление характеризуется конкретностью и установкой на исправление, коррекцию ситуаций в целях достижения определенного результата. Проблема для Реалистов возникает всякий раз, когда они видят, что нечто является неправильным и хотят это нечто исправить.

Таким образом, можно отметить, что индивидуальный стиль мышления влияет на способы решения проблем, на способы поведения, на личностные особенности человека.

Если вы набрали от 60 до 65 баллов в качестве оценки любого стиля мышления, это означает, что вы отдаете умеренное предпочтение этому стилю (или стилям). Иначе говоря, при прочих равных условиях вы будете предрасположены использовать этот стиль (или стили) больше (или чаще) других.

Если вы набрали от 66 до 71 баллов, значит, вы оказываете сильное предпочтение такому стилю (или стилям) мышления.

Вероятно, вы пользуетесь данным стилем систематически, последовательно и в большинстве ситуаций.

Если же ваша оценка по какому-то стилю составила 72 балла и больше, тогда у вас очень сильное предпочтение этого стиля мышления. Фактически вы ему преданы.

Теперь, если вы получите одну или несколько высоких оценок по каким-то стилям мышления, у вас непременно окажется одна или даже несколько низких оценок по другим стилям. Тогда, если ваша оценка по какому-либо стилю находится в пределах от 43 до 48 баллов, для вас характерно умеренное пренебрежение этим стилем мышления. То есть при прочих равных условиях, вы, по возможности, будете избегать его при решении значимых для вас проблем.

Если вы набрали от 37 до 42 баллов — у вас, скорее всего, стойкое игнорирование такого стиля мышления. Наконец, если ваша оценка равна 36 баллам или меньше, этот стиль вам абсолютно чужд, вы, вероятно, не пользуетесь им практически нигде и никогда, даже если он является лучшим подходом к проблеме при данных обстоятельствах.

Результат тестирования \_\_\_\_\_

## Глава IV. Эмоции.

**Цель занятия:** Определение и общая характеристика эмоций. Изучение основных свойств и функции эмоций.

**Студент должен знать:**

1 Определение понятия «эмоция»

2 Классификации эмоций

3 Функции эмоций

4 Проявления эмоциональных свойств

**Студент должен уметь:**

1. Классифицировать эмоциональные состояния.
2. Владеть способами снижения эмоциональной напряженности.
3. Классифицировать индивидуально-психологические особенности проявлений эмоций и чувств.

## ЦВЕТОВОЙ ТЕСТ ОТНОШЕНИЙ

Цветовой тест отношений (ЦТО) является клинко-диагностическим методом, предназначенным для изучения эмоциональных компонентов отношений человека к значимым для него людям и окружающим как сознательный, так и частично неосознаваемый уровни этих отношений. Теоретической основой ЦТО является концепция отношений В.Н. Мясищева, идеи Б.Г. Ананьева об образной природе психических структур любого уровня и сложности и представления А.Н. Леонтьева о чувственной ткани смысловых образований личности. В соответствии с этими теоретическими положениями, отношения личности, регулирующие сложнейшие процессы ее общения и деятельности, имеют чувственную, наглядно-образную психическую природу. Как показывает опыт, ассоциативные реакции на цвет весьма чувствительны к изменению его сенсорных характеристик. Поэтому возникает безусловная необходимость пользоваться во всех проводимых экспериментах строго стандартным набором цветов. Все приводимые ниже результаты и интерпретации относятся только к экспериментам, проводимым со стандартными цветовыми карточками из теста Люшера или с их точными копиями. Рекомендуется использование цветowych карточек размером 3x3 см, предъявляемых при естественном освещении на белом фоне. ЦТО не может проводиться при выраженных нарушениях цветового восприятия (дальтонизм и др.).

Проведение ЦТО включает следующие процедуры:

1. Психолог в контакте с больным и лечащим врачом составляет список лиц, составляющих непосредственное окружение больного, а также понятий, имеющих для него существенное значение. Конкретная форма списка зависит от особенностей клиники, а также от личности и жизненного пути больного. К примеру, для больного хроническим алкоголизмом примерная форма списка является следующая: моя жена; мать; отец; дети; моя работа; я сам; компания, с которой я пил; трезвая жизнь; мое состояние до лечения; мое состояние сейчас; мой врач и т. д. Для детей, больных неврозами, список понятий таков: моя мать; отец; брат (сестра); бабушка, бабушка либо другие лица, с которыми живет или общается ребенок; моя учительница (воспитательница); мой друг; я сам; мое настроение дома; мое настроение в школе (детском саду); мой врач и т.д.
2. Перед больным раскладываются на белом фоне, в случайном порядке цвета. Затем экспериментатор задает инструкцию подобрать к каждому из людей и понятий, которые последовательно им зачитываются, подходящие цвета. Выбранные цвета могут повторяться. В случае возникновения вопросов экспериментатор разъясняет, что цвета должны подбираться в соответствии с характером людей, а не по их внешнему виду (например, цвету одежды).

ЦТО имеет два варианта проведения, различающихся по способу извлечения цветowych ассоциаций. В кратком варианте ЦТО от больного требуется подобрать к каждому понятию какой-нибудь один подходящий цвет. В полном варианте больной ранжирует все 8 цветов в порядке соответствия понятию, от «самого похожего, подходящего» до «самого непохожего, неподходящего». Краткий вариант ЦТО предназначен для задач экспресс-диагностики, полный вариант – для более глубокого обследования и для исследовательских целей. Для ряда контингентов (быстро истощаемые, дефектные больные; дети и др.) проведение полного варианта затруднено. Как показывает опыт, у этих больных достаточно подробные и надежные результаты может дать и краткий вариант ЦТО.

3. После завершения ассоциативной процедуры цвета ранжируются больным в порядке предпочтения, начиная самого «красивого, приятного для глаза» и кончая «самым некрасивым, неприятным».
4. Интерпретация результатов основывается на двух процедурах:
  - а) сопоставление цветов, ассоциируемых с определенными понятиями, с их местом (рангом) в раскладке по предпочтению. Если с некоторым лицом или понятием ассоциируются цвета, занимающие первое место в раскладке по предпочтению, значит, к данному лицу или понятию больной относится положительно, эмоционально принимает его, удовлетворен соответствующим отношением. И наоборот, если с ним ассоциируются цвета, занимающие последние цвета в раскладке по предпочтению, значит, больной относится негативно, эмоционально его отвергает. Формальным показателем этого в кратком варианте ЦТО является ранг цвета, ассоциируемого в раскладке по предпочтению с данным понятием; эта цифра может изменяться от 1 до 8. В полном варианте соответствующий показатель может быть рассчитан как коэффициент ранговой корреляции Спирмена между ассоциативной раскладкой и раскладкой по предпочтению, либо по более простой формуле  $K = \sum |d_i|$ , где  $|d_i|$  - абсолютные величины разностей рангов каждого цвета в двух раскладках. «K» может изменяться от 0 в случае идентичности раскладок, что означает крайне положительное отношение, до 32, что означает крайне отрицательное отношение.
  - б) Интерпретация эмоционально – личностного значения каждой цветовой ассоциации, на основе чего может быть составлено представление о содержательных особенностях отношения. Конкретные значения цветов и примеры интерпретаций будут приведены ниже.

Разработка интерпретаций, исследования валидности и оценка диагностических возможностей ЦТО включали три этапа: 1. доказательство того, что каждый из используемых цветowych стимулов обладает определенным и устойчивым эмоциональным значением; 2. изучение закономерностей переноса эмоциональных значений цветов на стимулы, с которыми они ассоциируются; 3. опыт применения ЦТО в различных клинических ситуациях. Всего в экспе-

риментах с ЦТО, результаты которых изложены ниже или приведены в ряде публикаций<sup>1</sup>, приняли участие 860 испытуемых, из них 420 больных нервно-психическими заболеваниями.

Применение цветовых ассоциаций в качестве индикаторов эмоциональных компонентов отношений требует изучения эмоциональных значений используемых цветов, а также оценку интересубъективной устойчивости этих значений в нормальной популяции. В соответствии с этим в первом эксперименте проверялись следующие гипотезы: а) разные цвета ассоциируются с разными первичными эмоциями; б) согласованность ассоциативных характеристик цветов, данных разными испытуемыми, является существенно выше случайной; в) семантическая близость вербальных обозначений эмоций отражается в сходстве их цветовых ассоциаций.

В 1-ом эксперименте приняло участие 100 здоровых испытуемых. В профессиональном отношении выборка была достаточно разнородной (инженеры, студенты, рабочие). Испытуемым последовательно предъявлялись 27 эмоциональных терминов, представляющих девять первичных эмоциональных состояний таких, как радость, страх, грусть, стыд и т. д.<sup>2</sup>. Кроме того, испытуемые получали цветные карточки ЦТО. Инструкция требовала выбрать для каждой эмоции подходящий к ней цвет.

Матрица сопряженности 8 цветов и 9 эмоциональных состояний оказалась значимо ( $p < 0,001$ ) отличной от случайной. Следовательно, цветоэмоциональные ассоциации разных испытуемых являются в достаточной степени согласованными друг с другом. Так 25% выборов синего цвета пришлось на термины, обозначающие состояние грусти, еще 25% - на состояние заинтересованности, и не более 4% - на радость, гнев, удивление и т.д. Красный ассоциировался с активными переживаниями гнева (31%) и радости (29%), но не более чем в 2% ассоциаций связывался с такими состояниями, как грусть, отвращение, утомление. Желтый в 36% случаев соотносился с удивлением и практически не ассоциировался с грустью и утомлением. Зеленый сильнее всего оказался связан с удивлением и заинтересованностью (по 19% ассоциаций), коричневый – с отвращением (25%) и утомлением (21%). Серый цвет в 38% случаев связывался с утомлением и еще в 20% - с грустью. Черный ассоциировался с оборонительными эмоциями страха (25%) и гнева (22%) и не связывался с положительными и нейтральными состояниями, такими, как радость и удивление.

Существенно также, что семантически близкие эмоциональные термины достаточно часто ассоциировались с одним и тем же цветом. Если при действии чисто случайных факторов три разных вербальных обозначения одного и того же состояния должны были бы в 86% случаев (из 360) ассоциироваться с тремя разными цветами, то в действительности таких случаев было лишь 34% ( $\chi^2 = 276$ ;  $p < 0,001$ ). Значительно чаще термины, обозначающие одно эмоциональное состояние, ассоциировались с одним цветом. Следовательно, цветоэмоциональные связи принадлежат, по-видимому, к достаточно глубокому, невербальному по своей природе уровню эмоциональных значений. В ассоциациях здоровых испытуемых действительно существуют сильные и относительно однозначные связи между использованными цветами и основными эмоциональными состояниями, устойчивые к различиям пола, возраста, образования испытуемых.

В следующей серии экспериментов эмоционально-личностное значение цветов оценивается по шкалам личностного дифференциала, образованных личностными терминами и имеющих трехфакторную структуру. В исследовании приняло участие 48 испытуемых. Анализ данных (табл. 1) показал, что люди закономерно, статистически значимо связывают цвета с эмоционально-личностными характеристиками. Каждый цвет обладает своим характерологическим содержанием, отличным от содержания других цветов, причем разные личностные характеристики, приписываемые определенному цвету, как правило, складываются в ясную осмысленную картину. Так, для красного характерны значения активности, экстраверсии; синему приписываются характеристики, связанные с высокой моральной оценкой; зеленый воспринимается как доминантный, интровертированный; желтый – как очень активный при низкой моральной оценке, что отличает его от не менее активного красного; фиолетовый характеризуется эгоизмом и неискренностью; коричневый символизирует слабость и отношения зависимости; черный – отвергаемый цвет, которому приписываются разнообразные негативные характеристики; серый – слабый и пассивный.

Анализ факторных оценок цветов, полученных с помощью личностного дифференциала, показал, что разброс цветов по фактору Оценки меньше, чем по факторам Силы и Активности. Цвета представляют разные сочетания Силы и Активности (высокая Сила и высокая Активность – красный; высокая Сила и низкая Активность – черный; низкая Сила и высокая Активность – желтый; низкая Сила и низкая Активность – фиолетовый и т.д.) и лишь незначительно перекрывают друг друга.

*Таблица 1. Личностные характеристики цветов входящих в ЦТО.*

1. Синий: честный, справедливый, невозмутимый, добросовестный, добрый, спокойный.
2. Зеленый: черствый, самостоятельный, невозмутимый.
3. Красный: отзывчивый, решительный, энергичный, напряженный, суетливый, дружелюбный, уверенный, общительный, раздражительный, сильный, обаятельный, деятельный.
4. Желтый: разговорчивый, безответственный, открытый, общительный, энергичный, напряженный.
5. Фиолетовый: несправедливый, неискренний, эгоистичный, самостоятельный.
6. Коричневый: уступчивый, зависимый, спокойный, добросовестный, расслабленный.
7. Черный: непривлекательный, молчаливый, упрямый, замкнутый, эгоистичный, враждебный, нелюдимый.
8. Серый: нерешительный, вялый, расслабленный, неуверенный, несамостоятельный, слабый, пассивный.

Таким образом, каждый из цветов ЦТО обладает собственным, ясно определенным в проведенных экспериментах эмоционально-личностным значением. Обоснование возможности диагностики отношений с помощью ЦТО

требует, однако, еще и доказательства того, что в ассоциациях с цветами действительно отражаются отношения испытуемых к значимым для них понятиям и людям, так что расшифровка эмоционального значения цвета дает валидное описание отношения к понятию или человеку, ассоциированному с этим цветом. Для прямой проверки этой гипотезы было проведено исследование социальных стереотипов с помощью ЦТО и личностного дифференциала. В качестве экспериментальной модели стимулов с ярко выраженным эмоциональным значением были отобраны 6 распространенных социальных стереотипов: друг, отшельник, клоун, божий одуванчик, полководец и предатель.

### Тест-опросник на тревожность Спилбергера-Ханина

**Цель:** дифференцированное измерение тревожности как состояния (ситуационная тревожность - СТ) и как личностного свойства (личностная тревожность - ЛТ).

**Описание:** опросник по исследованию тревожности состоит из 40 утверждений: 20 предназначены для оценки СТ и 20 для оценки ЛТ. Соответственно эти утверждения представлены в 2-х бланках с разными инструкциями.

**Процедура проведения:** Исследование можно проводить как индивидуально, так и в группе. Испытуемому предлагается сначала бланк с вопросами направленными на изучение ситуативной тревожности, а затем бланк с вопросами направленными на изучение личностной тревожности. В опроснике нужно оценить каждое утверждение относительно того, в какой степени они соответствуют представленному состоянию. Возможны 4 варианта выбора, в зависимости от степени выраженности.

**Инструкция:** Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже суждений и зачеркните соответствующую цифру справа, в зависимости от того, как вы чувствуете себя в данный момент (обычно). Над вопросом долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

**Обработка результатов:** подсчитывается общее количество баллов по всем суждениям отдельно по каждой шкале. Это общее количество баллов в отдельности по каждой шкале делится на 20. По некоторым пунктам баллы начисляются в обратном порядке, это пункты 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20, 21, 26, 27, 30, 36, 39. Итоговый показатель рассматривается как уровень развития соответствующего вида тревожности.

3,5 – 4,0 балла – очень высокая тревожность;

3,0 – 3,4 – высокая тревожность;

2,0 – 2,9 – средняя тревожность;

1,5 – 1,9 – низкая тревожность;

0,0 – 1,4 – очень низкая тревожность.

Следует осторожно относиться к очень низкому уровню тревожности. Необходимо проанализировать отдельные пункты, характеристики.

#### Бланк ответов

##### Шкала ситуативной тревожности

Ф.И.О. \_\_\_\_\_.

Возраст \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

**Инструкция:** Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже суждений и зачеркните соответствующую цифру справа, в зависимости от того, как вы чувствуете себя в данный момент. Над вопросом долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

№ пп	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, напряжения	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
18	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

### Бланк ответов

#### Шкала личностной тревожности

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_

**Инструкция:** Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже суждений и зачеркните соответствующую цифру справа, в зависимости от того, как вы чувствуете себя обычно. Над вопросом долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

№ пп	Суждение	Нет, это не так	Пожалуй так	Верно	Совершенно верно
21	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
22	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
23	Я легко расстраиваюсь	1	2	3	4
24	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
25	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
26	Я чувствую прилив сил и желание работать	1	2	3	4
27	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
29	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
31	Я все принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
32	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33	Я чувствую себя беззащитным	1	2	3	4
34	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
35	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36	Я бываю доволен	1	2	3	4

37	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
39	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
40	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

## Тема занятия №4. Психология личности.

**Место проведения:** учебная аудитория

**Цель:** Рассмотреть основные психологические теории личности отечественных и зарубежных авторов и их классификации: теории в рамках модели конфликта, модели самореализации, модели согласованности, а также теории личности. Психологические категории – темперамент, эмоции, мотивация, воля, способности и характер человека, необходимость и способы их учета в профессиональной деятельности врача.

### Студент должен знать:

1. Определение понятия «личность», «индивид», «индивидуальность».
2. Теории личности в работах отечественных и зарубежных авторов.
3. "Я" - концепцию и мотивацию личности.
4. Темперамент и характер личности. Акцентуации характера.
5. Личность специалиста в медицинской области (врач, медицинская сестра, администраторы и персонал структурных подразделений ЛПУ)

### Студент должен уметь:

1. Определять темперамент личности.
2. Определять и выявлять типы и акцентуации характера при помощи методики К.Леонгарда, Х.Шмишека.

Тест - опросник г. Шмишека, к. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента личности.

Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда предназначен для диагностики типа акцентуации личности, опубликован Г. Шмишеком в 1970 г и является модификацией "Методики изучения акцентуаций личности К. Леонгарда". Методика предназначена для диагностики акцентуаций характера и темперамента. Согласно К. Леонгарду акцентуация - это "заострение" некоторых, присущих каждому человеку, индивидуальных свойств.

Акцентуированные личности не являются патологическими, другими словами они нормальные. В них потенциально заложены как возможности социально положительных достижений, так и социально отрицательный заряд.

Выделенные Леонгардом 10 типов акцентуированных личностей разделены на две группы: акцентуации характера (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый) и акцентуации темперамента (гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективный, эмотивный).

Тест предназначен для выявления акцентуированных свойств характера и темперамента лиц подросткового, юношеского возраста и взрослых. Характерологический тест Шмишека подходит для учета акцентуаций характера в процессе обучения, профессионального отбора, психологического консультирования, профориентации.

### Тест - опросник Шмишека, К. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента:

Инструкция:

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

Стимульный материал.

1. Является ли ваше настроение в общем веселым и беззаботным?
2. Восприимчивы ли вы к обидам?
3. Случалось ли вам иногда быстро заплакать?
4. Всегда ли вы считаете себя правым в том деле, которое делаете, и вы не успокоитесь, пока не убедитесь в этом?
5. Считаете ли вы себя более смелым, чем в детском возрасте?
6. Может ли ваше настроение меняться от глубокой радости до глубокой печали?

- 7.Находитесь ли вы в компании в центре внимания?
- 8.Бывают ли у вас дни, когда вы без достаточных оснований находитесь в угрюмом и раздражительном настроении и ни с кем не хотите разговаривать?
- 9.Серьезный ли вы человек?
- 10.Можете ли вы сильно воодушевиться?
- 11.Предприимчивы ли вы?
- 12.Быстро ли вы забываете, если вас кто-нибудь обидит?
- 13.Мягкосердечный ли вы человек?
- 14.Пытаетесь ли вы проверить после того, как опустили письмо в почтовый ящик, не осталось ли оно висеть в про-  
рези?
- 15.Всегда ли вы стараетесь быть добросовестным в работе?
- 16.Испыгивали ли вы в детстве страх перед грозой или собаками?
- 17.Считаете ли вы других людей недостаточно требовательными друг к другу?
- 18.Сильно ли зависит ваше настроение от жизненных событий и переживаний?
- 19.Всегда ли вы прямодушны со своими знакомыми?
- 20.Часто ли ваше настроение бывает подавленным?
- 21.Был ли у вас раньше истерический припадок или истощение нервной системы?
- 22.Склонны ли вы к состояниям сильного внутреннего беспокойства или страстного стремления?
- 23.Трудно ли вам длительное время просидеть на стуле?
- 24.Боретесь ли вы за свои интересы, если кто-то поступает с вами несправедливо?
- 25.Смогли бы вы убить человека?
- 26.Сильно ли вам мешает косо висящая гардина или неровно настланная скатерть, настолько, что вам хочется не-  
медленно устранить эти недостатки?
- 27.Испыгивали ли вы в детстве страх, когда оставались одни в квартире?
- 28.Часто ли у вас без причины меняется настроение?
- 29.Всегда ли вы старательно относитесь к своей деятельности?
- 30.Быстро ли вы можете разгневаться?
- 31.Можете ли вы быть бесшабашно веселым?
- 32.Можете ли вы иногда целиком проникнуться чувством радости?
- 33.Подходите ли вы для проведения увеселительных мероприятий?
- 34.Высказываете ли вы обычно людям свое откровенное мнение по тому или иному вопросу?
- 35.Влияет ли на вас вид крови?
- 36.Охотно ли вы занимаетесь деятельностью, связанной с большой ответственностью?
- 37.Склонны ли вы вступить за человека, с которым поступили несправедливо?
- 38.Трудно ли вам входить в темный подвал?
- 39.Выполняете ли вы кропотливую черную работу так же медленно и тщательно, как и любимое вами дело?
- 40.Являетесь ли вы общительным человеком?
- 41.Охотно ли вы декламировали в школе стихи?
- 42.Убегали ли вы ребенком из дома?
- 43.Тяжело ли вы воспринимаете жизнь?
- 44.Бывали ли у вас конфликты и неприятности, которые так изматывали вам нервы, что вы не выходили на работу?
- 45.Можно ли сказать, что вы при неудачах не теряете чувство юмора?
- 46.Сделаете ли вы первым шаг к примирению, если вас кто-то оскорбит?
- 47.Любите ли вы животных?
- 48.Уйдете ли вы с работы или из дому, если у вас там что-то не в порядке?
- 49.Мучают ли вас неопределенные мысли, что с вами или с вашими родственниками случится какое-нибудь несча-  
стье?
- 50.Считаете ли вы, что настроение зависит от погоды?
- 51.Затруднит ли вас выступить на сцене перед большим количеством зрителей?
- 52.Можете ли вы выйти из себя и дать волю рукам, если вас кто-то умышленно грубо рассердит?
- 53.Много ли вы общаетесь?
- 54.Если вы будете чем-либо разочарованы, придете ли в отчаяние?
- 55.Нравится ли вам работа организаторского характера?
- 56.Упорно ли вы стремитесь к своей цели, даже если на пути встречается много препятствий?
- 57.Может ли вас так захватить кинофильм, что слезы выступят на глазах?
- 58.Трудно ли вам будет заснуть, если вы целый день размышляли над своим будущим или какой-нибудь пробле-  
мой?
- 59.Приходилось ли вам в школьные годы пользоваться подсказками или списывать у товарищей домашнее зада-  
ние?
- 60.Трудно ли вам пойти ночью на кладбище?
- 61.Следите ли вы с большим вниманием, чтобы каждая вещь в доме лежала на своем месте?
- 62.Приходилось ли вам лечь спать в хорошем настроении, а проснуться в удрученном и несколько часов оставать-  
ся в нем?
- 63.Можете ли вы с легкостью приспособиться к новой ситуации?
- 64.Есть ли у вас предрасположенность к головной боли?

65. Часто ли вы смеетесь?
66. Можете ли вы быть приветливым с людьми, не открывая своего истинного отношения к ним?
67. Можно ли вас назвать оживленным и бойким человеком?
68. Сильно ли вы страдаете из-за несправедливости?
69. Можно ли вас назвать страстным любителем природы?
70. Есть ли у вас привычка проверять перед сном или перед тем, как уйти, выключен ли газ и свет, закрыта ли дверь?
71. Пугливы ли вы?
72. Бывает ли, что вы чувствуете себя на седьмом небе, хотя объективных причин для этого нет?
73. Охотно ли вы участвовали в юности в кружках художественной самодеятельности, в театральном кружке?
74. Тянет ли вас иногда смотреть вдаль?
75. Смотрите ли вы на будущее пессимистически?
76. Может ли ваше настроение измениться от высочайшей радости до глубокой тоски за короткий период времени?
77. Легко ли поднимается ваше настроение в дружеской компании?
78. Переносите ли вы злость длительное время?
79. Сильно ли вы переживаете, если горе случилось у другого человека?
80. Была ли у вас в школе привычка переписывать лист в тетради, если вы поставили на него кляксу?
81. Можно ли сказать, что вы больше недоверчивы и осторожны, нежели доверчивы?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Возникала ли у вас мысль против воли броситься из окна, под приближающийся поезд?
84. Становитесь ли вы радостным в веселом окружении?
85. Легко ли вы можете отвлечься от обременительных вопросов и не думать о них?
86. Трудно ли вам сдерживать себя, если вы разозлитесь?
87. Предпочитаете ли вы молчать (да), или вы словоохотливы (нет)?
88. Могли бы вы, если пришлось бы участвовать в театральном представлении, с полным проникновением и перевоплощением войти в роль и забыть о себе?

Ответный бланк к тесту опроснику Шмишека Леонгарда.

Фамилия. Имя. Отчество \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ (полных лет) Пол М Ж

Должность \_\_\_\_\_ Стаж: общий \_\_\_\_\_ педагогический \_\_\_\_\_ в должности \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

№	Да	Нет	Сумма	Балл																					
1			12			23			34			45			56			67			78				
2			13			24			35			46			57			68			79				
3			14			25			36			47			58			69			80				
4			15			26			37			48			59			70			81				
5			16			27			38			49			60			71			82				
6			17			28			39			50			61			72			83				
7			18			29			40			51			62			73			84				
8			19			30			41			52			63			74			85				
9			20			31			42			53			64			75			86				
10			21			32			43			54			65			76			87				
11			22			33			44			55			66			77			88				
№	Да	Нет	Сумма	Балл																					

## Тема занятия №5. Элементы возрастной психологии и психологии развития.

**Цель:** освоить психологические подходы к изучению развития человека в контексте его жизненного пути. Сформировать обобщенные представления о психологическом содержании возрастных этапов развития человека. Основные теории научения. Учет возрастных особенностей и особенностей процесса приобретения человеком индивидуального опыта в профессиональной деятельности врача.

**Студент должен знать:**

1. Проблемы периодизации развития и характеристика возраста.
2. Подходы отечественных и зарубежных психологических школ к вопросам развития человека.
3. Возрастные особенности.
4. Критерии становления личности.
5. Учет возрастных особенностей в деятельности врача.

**Студент должен уметь:**

1. Учитывать возрастные особенности в практической деятельности врача.
2. Составление презентации по классификациям отечественных и зарубежных авторов
3. Психологические методики по соответствующей тематике на сайте СОГМА.

### Методика В. В. Бойко «Диагностика уровня эмпатии»

Инструкция

Если вы согласны с данными утверждениями, ставьте рядом с их номерами знак «+», если не согласны — знак «-».

Текст опросника

1. У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер, наклонности, способности.
2. Если окружающие проявляют признаки нервозности, я обычно остаюсь спокойным.
3. Я больше верю доводам своего рассудка, чем интуиции.
4. Я считаю вполне уместным для себя интересоваться домашними проблемами сослуживцев.
5. Я могу легко войти в доверие к человеку, если потребуется.
6. Обычно я с первой же встречи угадываю «родственную душу» в новом человеке.
7. Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, политике со случайными попутчиками в поезде, самолете.
8. Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.
9. Моя интуиция — более надежное средство понимания окружающих, чем знания или опыт.
10. Проявлять любопытство к внутреннему миру другой личности бестактно.
11. Часто своими словами я обижаю близких мне людей, не замечая того.
12. Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки и состояния.
13. Я редко рассуждаю о причинах поступков людей, которые имеют ко мне непосредственное отношение.
14. Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.
15. Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться с близким мне человеком, и ожидания оправдываются.
16. В общении с деловыми партнерами обычно стараюсь избегать разговоров о личном.
17. Иногда близкие упрекают меня в черствости, невнимании к ним.
18. Мне легко удается, подражая людям, копировать их интонацию, мимику.
19. Мой любопытный взгляд часто смущает новых партнеров.
20. Чужой смех обычно заражает меня.
21. Часто, действуя наугад, я тем не менее нахожу правильный подход к человеку.
22. Плакать от счастья глупо.
23. Я способен полностью слиться с любимым человеком, как бы растворившись в нем.
24. Мне редко встречались люди, которых я понимал бы без лишних слов.
25. Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних людей.
26. Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуются.
27. Мне проще подсознательно почувствовать сущность человека, чем понять его, «разложив по полочкам».
28. Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи.
29. Мне было бы трудно задушевно, доверительно беседовать с настороженным, замкнутым человеком.
30. У меня творческая натура — поэтическая, художественная, артистичная.
31. Я без особого любопытства выслушиваю исповеди новых знакомых.
32. Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.
33. Мое мышление больше отличается конкретностью, строгостью, последовательностью, чем интуицией.
34. Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.
35. Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно воздерживаюсь от расспросов.
36. Мне трудно понять, почему пустяки могут так сильно огорчать людей.

## Обработка результатов

Ниже приводятся 6 шкал с номерами определенных утверждений. Подсчитывается число ответов, соответствующих «ключу» каждой шкалы (каждый совпавший ответ, с учетом знака, оценивается одним баллом), а затем определяется их общая сумма.

Рациональный канал эмпатии: +1, +7, — 13, +19, +25, — 31. Эмоциональный канал эмпатии: — 2, +8, — 14, +20, — 26, +32. Интуитивный канал эмпатии: — 3, +9, +15, +21, +27, — 33. Установки, способствующие эмпатии: +4, — 10, — 16, — 22, — 28, — 34. Проникающая способность в эмпатии: +5, — 11, — 17, — 23, — 29, — 35. Идентификация в эмпатии: +6, +12, +18, — 24, +30, — 36.

Анализируются показатели отдельных шкал и общая суммарная оценка уровня эмпатии. Оценки по каждой шкале могут варьироваться от 0 до 6 баллов и указывают на значимость конкретного параметра (канала) в структуре эмпатии. Они выполняют вспомогательную роль в интерпретации основного показателя — уровня эмпатии. Суммарный показатель теоретически может изменяться в пределах от 0 до 36 баллов.

## Выводы

Если в сумме по всем шкалам 30 баллов и выше — у человека очень высокий уровень эмпатии; 29–22 — средний; 21–15 — заниженный; менее 14 баллов — очень низкий.

## Тема занятия №6. Элементы социальной психологии и их учет в деятельности врача.

**Место проведения:** аудитория

**Цель занятия:** Проблемное поле современной социальной психологии: социальное мышление, социальное влияние, социальные отношения. Психологические особенности взаимоотношений врача и пациента. Стили и приемы эффективной деловой и межличностной коммуникации. Психологические модели взаимодействия врача и пациента.

### Студент должен знать:

1. Понятие социальной психологии.
2. Социальное мышление.
3. Социальное влияние.
4. Социальные отношения
5. Подходы в социальной психологии основных психологических школ.
6. Социометрический метод изучения внутригрупповых отношений.
7. Взаимоотношения врача и пациента.

### Студент должен уметь:

1. Пользоваться социометрическими методами изучения внутригрупповых отношений.
2. Использовать стили и приемы эффективной деловой и межличностной коммуникации.

## Внешнегрупповая референтометрия

В современной психологии давно уже выделено как самостоятельное и важное понятие референтной группы — круга значимых других, мнения которых являются определяющими для личности и с которыми она — и в прямом контакте, и мысленно -соотносит свои оценки, действия и поступки. Естественно, что определение референтного круга является весьма важным в плане сбора информации о значимых для человека отношениях. В приведенной ниже методике мы предлагаем определить референтов. Для этого тестируемым предлагается 10 вопросов-ситуаций (1-А) и список людей, окружающих их (1-Б).

Инструкция: «Нужно выбрать по каждому вопросу-ситуации не менее двух человек; при этом второе лицо должно быть из тех, которые значимы в меньшей степени, чем первое лицо».

1-А

1. С кем Вы отправитесь в поездку (деловую командировку) в другой город?
2. У Вас случилась неприятность. Кому Вы расскажете?
3. Вы хотите отпраздновать свой день рождения. С кем Вы его проведете?
4. Есть ли у Вас человек, с которым Вы стараетесь проводить больше времени?
5. Кто может указать Вам на Ваши недостатки, кого Вы больше слушаете?
6. Вы встретили человека, который Вам понравился. Кто может помочь правильно оценить его?
7. Вы хотите изменить свою жизнь. С кем Вы посоветуетесь об этом?
8. Кто может быть для Вас примером в жизни?
9. Кому Вы хотели бы понравиться больше всего?
10. С кем Вы больше всего откровенны?

1-Б

1. Родители (отец, мать).
2. Родственники (дедушка, бабушка, дядя, тетя).
3. Брат, сестра.
4. Взрослый знакомый.
5. Знакомый родителей.
6. Друзья.
7. Лучший друг (подруга).
8. Компания, приятели.
9. Знакомая девушка, знакомый юноша.
10. Товарищи по учебе, работе.
11. Товарищи по клубу, секции, студии и т. п.
12. Историческая личность.
13. Известный всем человек.
14. Человек, о котором ты знаешь от других.
15. Литературный персонаж.

После осуществленного выбора следует попросить отложить список 1-Б и по пятибалльной шкале (5,4,3,2,1) оценить каждое из выбранных лиц. Обработка полученных данных достаточно проста. Все упомянутые лица записываются в отдельный список без повторов, затем «оценки» лиц заносятся в список и суммируются для каждого из них. После сравнения два-три лица, имеющие наибольшее количество баллов, выписываются на отдельный листок в порядке уменьшения количества баллов. Эти люди и составляют референтную группу данного.

#### **Шкала психологической близости**

Помимо референтности существует еще один параметр, описывающей отношения человека с другими людьми, — так называемая «психологическая близость». Степень ее различна для разных людей из привычного круга общения человека, и именно ее-то можно определить с помощью несколько модифицированной шкалы «симпатической дистанции» Д. Фелдса. Предложите юношам и девушкам выписать в столбик людей, с которыми они привычно и непреложно общаются в течение последних нескольких месяцев. После того как эта работа будет закончена, предоставьте им возможность оценить свою психологическую близость с этими людьми по шкале, которую для удобства лучше выписать на доске. Шкала эта содержит 11 степеней, выражающих ту или иную степень близости оцениваемого человека в порядке ее уменьшения.

1. Он мог бы быть моим лучшим другом.
2. Я не провожу различий между ним и близкими мне людьми.
3. Я мог бы открыть ему свою душу.
4. Я мог бы проводить с ним свое свободное время.
5. Я мог бы провести с ним отпуск.
6. Я мог бы пригласить его к себе в гости.
7. Я не стал бы обсуждать с ним важных проблем.
8. Я не доверил бы ему выполнение ответственных заданий.
9. Я уволился бы, если бы мне пришлось работать с ним.
10. Я не выпускал бы его в общество.
11. Я запретил бы ему иметь детей.

Определение индекса групповой сплоченности Сисшора Групповая сплоченность — чрезвычайно важный параметр, показывающий степень интеграции группы, ее сплочения в единое целое, — можно определить не только путем расчета соответствующих социометрических индексов. Значительно проще это сделать с помощью методики, состоящей из 5 вопросов с несколькими вариантами ответов на каждый. Ответы кодируются в баллах согласно приведенным в скобках значениям (максимальная сумма — 19 баллов, минимальная — 5). В ходе опроса баллы указывать не нужно.

I. Как Вы оценили бы свою принадлежность к группе? 1. Чувствую себя ее членом, частью коллектива (5). 2. Участвую в большинстве видов деятельности (4). 3. Участвую в одних видах деятельности и не участвую в других (3). 4. Не чувствую, что являюсь членом группы (2). 5. Живу и существую отдельно от нее (1). 6. Не знаю, затрудняюсь ответить (1).

II. Перешли бы Вы в другую группу, если бы предоставилась такая возможность (без изменения прочих условий)? 1. Да, очень хотел бы перейти (1). 2. Скорее, перешел бы, чем остался (2). 3. Не вижу никакой разницы (3). 4. Скорее всего, остался бы в своей группе (4). 5. Очень хотел бы остаться в своей группе (5). 6. Не знаю, трудно сказать (1).

III. Каковы взаимоотношения между членами Вашей группы? 1. Лучше, чем в большинстве коллективов (3). 2. Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2). 3. Хуже, чем в большинстве коллективов (1). 4. Не знаю, трудно сказать (1).

IV. Какие у Вас взаимоотношения с руководством? 1. Лучше, чем в большинстве коллективов (3). 2. Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2). 3. Хуже, чем в большинстве коллективов (1). 4. Не знаю (1).

V. Каково отношение к делу (учебе и т. п.) в Вашем коллективе? 1. Лучше, чем в большинстве коллективов (3). 2. Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2). 3. Хуже, чем в большинстве коллективов (1). 4. Не знаю (1).

## Тема занятия №7. Психология здоровья и здорового образа жизни.

**Место проведения:** аудитория.

**Продолжительность:** 2 часа.

**Цель:** Изучить личность с позиции психического здоровья. Самосознание и образ тела. Стресс, психологические и психосоматические реакции на него. Общий адаптационный синдром, психологические способы защиты от стресса.

**Студент должен знать:**

6. Универсальность положений психологии здоровья. Критерии психического здоровья.
7. Методические и организационные аспекты здоровья
8. Классификацию методов развития личности. Качества зрелой личности
9. Психологическое здоровье детей.
10. Понятия «Самосознание».
11. Этапы развития сознания и самосознания.
12. Основные понятия по теме: «стресс», «дистресс», «стрессоустойчивость», «адаптация».
13. Физиологические механизмы приспособления к стрессу. Трехфазную природу стресса. Виды стресса.
14. Влияние стресса на развитие психосоматических заболеваний
15. Факторы стрессоустойчивости, позволяющие повысить защитные механизмы организма, стимулировать учебную и рабочую деятельность, снизить травматическое действие стресса.
16. Механизмы психологической защиты.

**Студент должен уметь:**

1. Охарактеризовать личность с позиции психического здоровья
2. Определить степень зрелости личности
3. Исследовать личность по критериям психического здоровья.
4. Тест, определяющий вероятность развития стресса
5. Использовать приобретённые знания для снижения риска возникновения дистресса и повышения положительного эффекта стресса.
6. Пользоваться методикой Холмса, Раге «Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации».

### Тест на стрессоустойчивость Холмса и Раге.

#### Инструкция.

Постарайтесь вспомнить все события, случившиеся с Вами в течение последнего года, и подсчитайте общее число «заработанных» вами очков. Если какая-либо ситуация возникала у вас чаще одного раза, то полученный результат следует умножить на данное количество раз.

#### Тестовый материал.

№	Жизненные события	Баллы
1.	Смерть супруга (супруги).	100
2.	Развод.	73
3.	Разъезд супругов (без оформления развода), разрыв с партнером.	65
4.	Тюремное заключение.	63
5.	Смерть близкого члена семьи.	63
6.	Травма или болезнь.	53
7.	Женитьба, свадьба.	50
8.	Увольнение с работы.	47
9.	Примирение супругов.	45
10.	Уход на пенсию.	45
11.	Изменение в состоянии здоровья членов семьи.	44
12.	Беременность партнерши.	40
13.	Межполовые проблемы.	39
14.	Появление нового члена семьи, рождение ребенка.	39
15.	Реорганизация на работе.	39

16.	Изменение финансового положения.	38
17.	Смерть близкого друга.	37
18.	Изменение профессиональной ориентации, смена места работы.	36
19.	Усиление конфликтности отношений с супругом.	35
20.	Ссуда или заем на крупную покупку (например, дома).	31
21.	Окончание срока выплаты ссуды или займа, растущие долги.	30
22.	Изменение должности, повышение служебной ответственности.	29
23.	Сын или дочь покидают дом.	29
24.	Проблемы с родственниками мужа (жены).	29
25.	Выдающееся личное достижение, успех.	28
26.	Супруг бросает работу (или приступает к работе).	26
27.	Начало или окончание обучения в учебном заведении.	26
28.	Изменение условий жизни.	25
29.	Отказ от каких-то индивидуальных привычек, изменение стереотипов поведения.	24
30.	Проблемы с начальством, конфликты.	23
31.	Изменение условий или часов работы.	20
32.	Перемена места жительства.	20
33.	Смена места обучения.	20
34.	Изменение привычек, связанных с проведением досуга или отпуска.	19
36.	Изменение привычек, связанных с вероисповеданием.	19
36.	Изменение социальной активности.	18
37.	Ссуда или заем для покупки менее крупных вещей (машины, телевизора).	17
38.	Изменение индивидуальных привычек, связанных со сном, нарушение сна.	16
39.	Изменение числа живущих вместе членов семьи, изменение характера и частоты встреч с другими членами семьи.	15
40.	Изменение привычек, связанных с питанием (количество потребляемой пищи, диета, отсутствие аппетита и т. п.).	15
41.	Отпуск.	13
42.	Рождество, встреча Нового года, день рождения.	12
43.	Незначительное нарушение правопорядка (штраф за нарушение правил уличного движения).	11

**Обработка** проводится в форме сложения баллов событий, которые присутствовали в жизни тестируемого за последний год

**Ключ.**

<b>Общая сумма баллов</b>	<b>Степень сопротивляемости стрессу</b>
Меньше 150	Большая
150-199	Высокая
200-299	Пороговая
300 и более	Низкая (ранимость)

**Интерпретация.**

### **Большая степень сопротивляемости стрессу.**

Вы выявляете очень высокую степень стрессоустойчивости.

Для Вас характерна минимальная степень стрессовой нагрузки.

Любая деятельность личности, независимо от ее направленности и характера тем эффективнее, чем выше уровень стрессоустойчивости. Это дает возможность говорить про управленческую деятельность как такую, которая имеет сильный стрессогенный характер.

Повышение уровня стрессоустойчивости личности прямо и непосредственно ведет к продлению жизни.

### **Высокая степень сопротивляемости стрессу.**

Вы выявляете высокую степень стрессоустойчивости.

Ваши энергию и ресурсы Вы не тратите на борьбу с негативными психологическими состояниями, возникающими в процессе стресса. Поэтому любая Ваша деятельность, независимо от ее направленности и характера становится эффективнее.

Это дает возможность говорить про управленческую деятельность как такую, которая имеет стрессогенный характер.

### **Пороговая (средняя) степень сопротивляемости стресса.**

Для Вас характерна средняя степень стрессовой нагрузки.

Ваша стрессоустойчивость снижается с увеличением стрессовых ситуаций в Вашей жизни. Это приводит к тому, что личность вынуждена львиную долю своей энергии и ресурсов вообще тратить на борьбу с негативными психологическими состояниями, возникающими в процессе стресса.

Это дает возможность говорить про управленческую деятельность как такую, которая в малой степени носит стрессогенный характер.

Верующий человек, как правило, более стрессоустойчив, благодаря своей внутренней способности к духовному самоограничению и смирению.

### **Низкая степень сопротивляемости стресса.**

Для Вас характерна высокая степень стрессовой нагрузки.

Вы выявляете низкую степень стрессоустойчивости (ранимость).

Это приводит к тому, что личность вынуждена львиную долю своей энергии и ресурсов вообще тратить на борьбу с негативными психологическими состояниями, возникающими в процессе стресса.

Большое количество баллов (больше 300) – это сигнал тревоги, предупреждающий вас об опасности. Следовательно, вам необходимо срочно что-либо предпринять, чтобы ликвидировать стресс.

Если сумма баллов свыше 300, то вам грозит психосоматическое заболевание, поскольку вы близки к фазе нервного истощения.

## **Тест, определяющий вероятность развития стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору)**

### **Инструкция**

В предлагаемом тесте перечисляется ряд утверждений с одним вариантом ответа: либо «да», либо «нет». Отмечайте утверждения, с которыми вы согласны.

1. Обычно я спокоен и вывести меня из этого состояния нелегко. «Нет».
2. Мои нервы расстроены не более, чем у других людей. «Нет».
3. У меня редко бывают запоры. «Нет».
4. У меня редко бывают головные боли. «Нет».
5. Я редко устаю. «Нет».
6. Я почти всегда чувствую себя счастливым. «Нет».
7. Я уверен в себе. «Нет».
8. Я практически никогда не краснею. «Нет».
9. Я человек смелый. «Нет».
10. Я краснею не чаще, чем другие. «Нет».
11. Я редко ощущаю сильное сердцебиение. «Нет».
12. Обычно мои руки теплые (не очень боятся холода). «Нет».
13. Я застенчив не более, чем другие. «Нет».
14. Мне не хватает чувства уверенности в своих силах. «Да».
15. Порою мне кажется, что я ни на что не годен. «Да».
16. Бывают периоды беспокойства, не могу усидеть на месте. «Да».
17. Меня часто беспокоит желудок. «Да».
18. Не хватает духа вынести предстоящие трудности. «Да».
19. Хочется быть счастливым, как другие. «Да».
20. Кажется, передо мной трудности, которые мне не преодолеть. «Да».
21. Мне снятся кошмарные сны. «Да».
22. Когда волнуясь, дрожат руки. «Да».
23. У меня беспокойный сон, часто просыпаюсь. «Да».
24. Меня часто тревожат возможные неудачи. «Да».
25. Иногда испытываю страх, когда опасности нет. «Да».
26. Мне трудно сосредоточиться на одном задании. «Да».
27. Простую работу делаю часто с напряжением. «Да».
28. Я легко прихожу в замешательство. «Да».
29. Почти все время испытываю неясную тревогу. «Да».

30. Я склонен принимать всерьез даже пустяки. «Да».
31. Я часто переживаю и плачу. «Да».
32. У меня бывают приступы тошноты и рвоты. «Да».
33. Расстройство желудка у меня почти каждый месяц. «Да».
34. Я боюсь, что при волнении сильно покраснею. «Да».
35. Мне обычно трудно сосредоточиться на чем-то важном. «Да».
36. Меня постоянно беспокоит желание улучшить свое материальное положение, хотя оно не хуже других. «Да».
37. Нередко думаю, о чем не хотел бы поделиться с другими, стыдно. «Да».
38. Иногда из-за переживаний теряю сон. «Да».
39. Когда волнуясь, иногда сильно потею. «Да».
40. Я иногда сильно потею, даже в холодные дни. «Да».
41. Временами из-за волнений никак не могу заснуть. «Да».
42. Я человек легко возбудимый. «Да».
43. Иногда чувствую себя бесполезным человеком. «Да».
44. Нередко из-за волнения могу легко выйти из себя. «Да».
45. Я часто ощущаю смутную тревогу. «Да».
46. Я чувствительнее многих своих товарищей. «Да».
47. Почти все время испытываю чувство голода. «Да».
48. Часто кажется, что меня преследуют болезни. «Да».
49. Часто кажется, что за мной кто-то наблюдает. «Да».
50. Ожидание всегда меня нервирует. «Да».

#### **Оценка результатов**

Подсчитывается общее количество утверждений, как «нет», так и «да», с которыми вы согласны.

Если количество таких утверждений достигает 40–50 – человек пребывает в состоянии стресса, резервы его организма близки к истощению – высока вероятность развития третьей стадии стресса.

До 25 – средняя стрессоустойчивость, при отсутствии адекватных мер (использование приемов саморегуляции и других «антистресс-технологий») существует вероятность развития негативных последствий стресса.

Не более 5-15 – прогнозируется высокая стрессоустойчивость.

### **Тема занятия №8. Современные педагогические методы и технологии обучения.**

**Цель занятия:** изучить основные современные педагогические методы и технологии обучения и воспитания. Самообразование, самообучение, саморазвитие, цели и задачи непрерывного медицинского образования. Формирование готовности к непрерывному самообразованию, повышению квалификации, личностное и профессиональное самоопределение в процессе обучения медицинского работника. Современные подходы к организации учебного процесса в медицинском вузе. Индивидуальные технологии в медицине. Метод проектов ознакомить с основными требованиями и параметрами выполнения проектов.

**Место проведения:** аудитория.

#### **Студент должен знать:**

1. Задачи непрерывного медицинского образования.
2. Формы обучения непрерывного медицинского образования.
3. Метод непрерывной подготовки.
4. Контроль и оценка результатов обучения.
5. Способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы (технологию выполнения)
6. Практическую, дидактическую, познавательную значимость предполагаемых результатов.
7. Структурирование созидательной части проекта. Требования к оформлению проекта.

#### **Студент должен уметь:**

1. Использовать свою способность к действию и развитию ценностно-смыслового отношения к профессии и профессиональному становлению.
2. Выполнить проект по определенной тематике.

#### **Основные требования к использованию метода проектов:**

1. наличие значимой в исследовательском, творческом плане проблемы/задачи, требующей интегрированного знания, исследовательского поиска для ее решения (например, исследование демографической проблемы; изучение нозологий в соответствии с МКБ 10; проблема влияния промышленных отходов на окружающую среду, пр.);
2. практическая, теоретическая, познавательная значимость предполагаемых результатов (например, доклад в соответствующие службы о демографическом состоянии данного региона, факторах, влияющих на это состояние, тенденциях, прослеживающихся в развитии данной проблемы; совместное исследование состояния заболеваемости; изучение особенностей внутренней картины болезни (ВКБ) при различных видах патологии или структуры межличностных отношений «врач-сестра-больной», пр.);
3. самостоятельная (индивидуальная, парная, групповая) деятельность обучающихся;
4. структурирование содержательной части проекта (с указанием поэтапных результатов);

5. использование исследовательских методов, предусматривающих определенную последовательность действий:
  - определение проблемы и вытекающих из нее задач исследования (использование в ходе совместного исследования метода "мозговой атаки", "круглого стола");
  - выдвижение гипотез их решения;
  - обсуждение методов исследования (статистических методов, экспериментальных, наблюдений, пр.);
  - обсуждение способов оформления конечных результатов (презентаций, защиты, творческих отчетов, просмотров, пр.);
  - сбор, систематизация и анализ полученных данных;
  - подведение итогов, оформление результатов, их презентация;
  - выводы, выдвижение новых проблем исследования.

### *Типология проектов*

Для типологии проектов предлагаются следующие типологические признаки:

1. доминирующая в проекте деятельность: исследовательская, поисковая, творческая, ролевая, прикладная (практико-ориентированная), ознакомительно-ориентировочная, пр. (исследовательский проект, игровой, практико-ориентированный, творческий);
2. предметно-содержательная область: монопроект (в рамках одной области знания); межпредметный проект;
3. характер координации проекта: непосредственный (жесткий, гибкий), скрытый (неявный, имитирующий участника проекта, характерно для телекоммуникационных проектов);
4. характер контактов (среди участников одного вуза, курса, группы, города, региона, страны, разных стран мира);
5. количество участников проекта;
6. продолжительность проекта.

Реализация метода проектов и исследовательского метода на практике ведет к изменению позиции преподавателя. Из носителя готовых знаний он превращается в организатора познавательной, исследовательской деятельности своих обучающихся. Изменяется и психологический климат в группе, так как преподавателю приходится переориентировать свою учебно-воспитательную работу и работу обучающихся на разнообразные виды самостоятельной деятельности обучающихся, на приоритет деятельности исследовательского, поискового, творческого характера.

Отдельно следует сказать о необходимости организации внешней оценки проектов, поскольку только таким образом можно отслеживать их эффективность, сбои, необходимость своевременной коррекции. Характер этой оценки в большой степени зависит как от типа проекта, так и от темы проекта (его содержания), условий проведения. Если это исследовательский проект, то он с неизбежностью включает этапность проведения, причем успех всего проекта во многом зависит от правильно организованной работы на отдельных этапах.

Следует остановиться и на общих подходах к структурированию проекта:

1. начинать следует всегда с выбора темы проекта, его типа, количества участников;
2. далее преподавателю необходимо продумать возможные варианты проблем, которые важно исследовать в рамках намеченной тематики. Сами же проблемы выдвигаются обучающимися с подачи преподавателя (наводящие вопросы, ситуации, способствующие определению проблем, видеоряд с той же целью, т.д.). Здесь уместна "мозговая атака" с последующим коллективным обсуждением;
3. распределение задач по группам, обсуждение возможных методов исследования, поиска информации, творческих решений;
4. самостоятельная работа участников проекта по своим индивидуальным или групповым исследовательским, творческим задачам;
5. промежуточные обсуждения полученных данных в группах (на уроках или на занятиях в научном обществе, в групповой работе в библиотеке, медиатеке, пр.);
6. защита проектов, оппонирование;
7. коллективное обсуждение, экспертиза, результаты внешней оценки, выводы.

Особое место в образовательной деятельности занимают телекоммуникационные региональные и международные проекты.

Параметры внешней оценки проекта:

- значимость и актуальность выдвинутых проблем, адекватность их изучаемой тематики;
- корректность используемых методов исследования и обработки получаемых результатов;
- активность каждого участника проекта в соответствии с его индивидуальными возможностями;
- коллективный характер принимаемых решений (при групповом проекте);
- характер общения и взаимопомощи, взаимодополняемости участников проекта;
- необходимая и достаточная глубина проникновения в проблему;
- привлечение знаний из других областей;
- доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы;
- эстетика оформления результатов проведенного проекта;

- умение отвечать на вопросы оппонентов, лаконичность и аргументированность ответов каждого члена группы.

#### ТЕМЫ ДЛЯ ПРОЕКТОВ

В соответствии с ГОС, тематика индивидуальных и групповых проектов (в том числе реферативных работ) выполняемых студентами при прохождении кураций по дисциплине «Психология и педагогика» должна содержать следующие компоненты:

- педагогический (обязательный)
- клинический (тематика в соответствии с ГОС и МКБ 10) или
- психологический (тематика в соответствии с ГОС)

Проект может быть оформлен в виде:

А. Реферата выполненного в печатной форме объемом не менее 20 машинописных страниц в формате MS WORD®, отпечатанных шрифтом "12 TIMES NEW ROMAN" с расстоянием между строками в 1,5 интервала, на русском языке, включая следующие обязательные компоненты:

- титульный лист
- оглавление
- вступление
- главную часть
- заключение
- список использованной литературы (включая цитирование ресурсов интернет или другие источники информации в электронном виде, мультимедиа-курсы, словари, обучающие программы и т.д.)
- авторский материал (данные из истории болезни с соблюдением требований конфиденциальности, врачебной тайны, этики и медицинской деонтологии)
- в приложения могут быть вынесены графики, таблицы, диаграммы и другой материал, включая данные обследования и лечения, взятые из медицинской документации по согласованию с лечащим врачом, пациентом и руководителями клинических кафедр.

**ВНИМАНИЕ:** к реферату должна прилагаться электронная версия, записанная на диске (CD-ROM или дискете).

Б. В виде презентации, выполненной в программе MS POWERPOINT® не менее 25-30 слайдов с приложением текста к презентации выполненного в печатной форме объемом не менее 12 машинописных страниц в формате MS WORD®, отпечатанных шрифтом "12 TIMES NEW ROMAN" с расстоянием между строками в 1,5 интервала на русском языке.

В. В виде интернет страницы в формате HTML, подготовленного с помощью редакторов MS NOTE PADE®, MS FRONTE PAGE® или ADOBE DREAMVEVER® и др.

Г. Возможна подготовка и выполнение работы в письменной форме (рукопись) по согласованию с руководителем (преподавателем в группе или заведующим кафедрой).

Разделы ГОСа, с предметной тематикой для выбора в наиболее обобщенном виде по осваиваемой специальности служат основным источником выбора тематики проектов.

В качестве проекта (реферата) может быть выбрана и другая тема, не входящая в ГОС, по согласованию с преподавателем и заведующим кафедрой. Практически любая тематика из культурно-образовательной области соответствующая правовым, морально-этическим, профессиональным этико-деонтологическим нормам, не противоречащую профессии и социальному статусу врача, студента медицинского вуза может выступать в содержательной части проекта.

Список научных журналов, рекомендуемых для подготовки проекта (реферата) соответствует рекомендованному ГОСом по изучаемой специальности. Список рекомендуемой литературы, наряду с учебными пособиями, используемыми на клинических кафедрах, включает перечень обязательных для выполнения проекта (реферата) источников по педагогике и психологии.

Практическая часть: Выполнение и защита проектов.

### **Тема занятия №9. Основы медико – просветительской деятельности врача.**

**Цели занятия:** изучить понятия «образа жизни» и «здоровый образ жизни». Формы, методы и средства просветительской работы врача.

**Место проведения:** аудитория.

**Продолжительность занятия:** 2 часа.

**Студент должен знать:**

1. Систему основных культур здорового образа жизни.
2. Основные принципы рационального питания.
3. Двигательный и рациональный режим дня.
4. Просветительская работа. Цели, задачи, методы и средства.
5. План проведения учебного – просветительского занятия.

**Студент должен уметь:**

1. Использовать в своей работе основные принципы правил здорового образа жизни.

2. Довести до пациента в процессе общения значимость ценности здоровья.
3. Вести просветительскую работу (значимость прививок, медицинских осмотров и т. д.).

### **Инструкция к опроснику А. Басса и А. Дарки**

Отвечайте «да» если вы согласны с утверждением, и «нет» — если не согласны. Старайтесь долго над вопросами не раздумывать.

#### **Вопросы методики**

1. Временами не могу справиться с желанием навредить кому-либо.
2. Иногда могу посплетничать о людях, которых не люблю.
3. Легко раздражаюсь, но легко и успокаиваюсь.
4. Если меня не попросить по-хорошему, просьбу не выполню.
5. Не всегда получаю то, что мне положено.
6. Знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если не одобряю поступки других людей, даю им это почувствовать.
8. Если случается обмануть кого-либо, испытываю угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Никогда не раздражаюсь настолько, чтобы разбрасывать вещи.
11. Всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Когда установленное правило не нравится мне, хочется нарушить его.
13. Другие почти всегда умеют использовать благоприятные обстоятельства.
14. Менястораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я этого ожидаю.
15. Часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь ударит меня, я не отвечу ему тем же.
18. В раздражении хлопаю дверьми.
19. Я более раздражителен, чем кажется со стороны.
20. Если кто-то корчит из себя начальника, я поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Думаю, что многие люди не любят меня.
23. Не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Увиливающие от работы должны испытывать чувство вины.
25. Кто оскорбляет меня или мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю вижу кого-нибудь из тех, кто мне не нравится.
30. Довольно многие завидуют мне.
31. Требую, чтобы люди уважали мои права.
32. Меня огорчает, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их щелкнули по носу.
34. От злости иногда бываю мрачным.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не огорчаюсь.
36. Если кто-то пытается вывести меня из себя, я не обращаю на него внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если злюсь, не прибегаю к сильным выражениям.
40. Хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Обижаюсь, когда иногда получается не по-моему.
43. Иногда люди раздражают меня своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-то раздражает меня, готов сказать ему все, что о нем думаю.
47. Делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если разозлюсь, могу ударить кого-нибудь.
49. С десяти лет у меня не было вспышек гнева.
50. Часто чувствую себя, как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко ладить.
52. Всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда кричат на меня, кричу в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Дерусь не реже и не чаще других.
56. Могу вспомнить случаи, когда был настолько зол, что хватал первую попавшуюся под руку вещь и ломал ее.

- 57.Иногда чувствую, что готов первым начать драку.
- 58.Иногда чувствую, что жизнь со мной поступает несправедливо.
- 59.Раньше думал, что большинство людей говорит правду, но теперь этому не верю.
- 60.Ругаюсь только от злости.
- 61.Когда поступаю неправильно, меня мучает совесть.
- 62.Если для защиты своих прав нужно применить физическую силу, я применяю ее.
- 63.Иногда выражаю свой гнев тем, что стучу по столу.
- 64.Бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
- 65.У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
- 66.Не умею поставить человека на место, даже если он этого заслуживает.
- 67.Часто думаю, что живу неправильно.
- 68.Знаю людей, которые способны довести меня до драки.
- 69.Не огорчаюсь из-за мелочей.
- 70.Мне редко приходит в голову мысль о том, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
- 71.Часто просто угрожаю людям, не собираясь приводить угрозы в исполнение.
- 72.В последнее время я стал занудой.
- 73.В споре часто повышаю голос.
- 74.Стараюсь скрывать плохое отношение к людям.
- 75.Лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

#### **Ключ к опроснику А. Басса и А. Дарки**

Индексы различных форм агрессивных и враждебных реакций определяются суммированием полученных ответов.

<i>Реакция</i>	<i>«Да»</i>	<i>«Нет»</i>
<b>Физическая агрессия</b>	1, 25, 33, 48, 55, 62, 68	9, 17, 41
<b>Косвенная агрессия</b>	2, 18, 34, 42, 56, 63	10, 26, 49
<b>Раздражение</b>	3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72	11, 35, 69
<b>Негативизм</b>	4, 12, 20, 23, 36	—
<b>Обида</b>	5, 13, 21, 29, 37, 51, 58	44
<b>Подозрительность</b>	6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59	65, 70
<b>Вербальная агрессия</b>	7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73	39, 66, 74, 75
<b>Угрызения совести, чувство вины</b>	8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67	—

Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А.Басс и А.Дарки выделили следующие **8 видов реакции:**

1. **Физическая агрессия** – это использование физической силы против другого лица.
2. **Косвенная агрессия** – это агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
3. **Раздражение** – это готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. **Негативизм** – это оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. **Обида** – это зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
6. **Подозрительность** проявляется в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
7. **Вербальная агрессия** – это выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
8. **Чувство вины** выражает возможное убеждение субъекта, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.