Приложение № 3 к рабочей учебной программе дисциплины

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«СЕВЕРНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

По дисциплине

**Психология личности**

2017 г.

1. **Тема занятия, его цели и задачи**

**Тема: «Личностные свойства»**

**Цели:** изучить тему «Личностные свойства».

**Задачи:**

1. Дополнить и расширить информацию по данной теме;
2. Способствовать развитию творческого мышления;
3. Активизировать мышление;
4. Развивать партнерские отношения среди студентов;
5. Формировать навыки самостоятельного принятия творческих по содержанию, эмоционально окрашенных и мотивационно оправданных решений.
6. **Основные понятия, которые должны быть усвоены студентами в процессе изучения темы** (перечень понятий).

1. **Психическое свойство** *-* это типичное для данного человека устойчивое образование, определяющее количественно – качественный уровень его поведения и деятельности.

**2. Индивид** – это психосоматическая организация личности, делающая ее представителем человеческого рода.

**3. Индивидуальность** – особенности психики и личности индивида, которые присущи только данному человеку.

**4**. **Личность** – это относительно устойчивая система социально значимых черт, характеризующая индивида как члена того или иного общества или общности.

**5**. **Темперамент**– это характеристика индивида со стороны динамических особенностей его психической деятельности, т.е. темпа, ритма и интенсивности отдельных психических процессов и состояний.

**6. Характер** – это совокупность индивидуальных, сложившихся в процессе социализации и ставших устойчивыми стереотипов поведения, штампов эмоциональных реакций, стиля мышления, зафиксированная в привычках и манерах система взаимоотношений с окружающими.

**7. Личностные ценности** - осознанные и принятые человеком общие смыслы его жизни.

**8.** **Личностный смысл *-*** выражает отношение субъекта к явлениям объективной действительности, создается в результате отражения субъектом отношений, существующих между ним и тем, на что его действия направлены как на свой непосредственный результат (цель).

**9.** **«Я» - концепция** – это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой.

**10.** **Самооценка** – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.

**11. Уровень притязаний** – это уровень самооценки личности, проявляющийся в степени трудности цели, которую ставит перед собой человек (люди, мотивированные на успех, на избегание неудачи)

**12. Личностный конструкт** – людям свойственно воспринимать окружающий мир через призму имеющихся у него устойчивых когнитивно – оценочных образований – личностных конструктов. Личностным конструктом называется пара противоположных оценочных понятий: «добрый – злой», «Плохой – хороший. Эти данные используются для описания взгляда человека на мир, мотивационно – когнитивных объяснений и предсказания поведения человека

**13. Мотив аффилиации** – стремление человека быть в группе других людей. Выражается внутренне в виде чувства привязанности, верности, а внешне – в общительности, в сотрудничестве с другими людьми. Блокирование аффилиации порождает фрустрацию, чувство одиночества и отчужденности

**14. Мотив отвергания** – это боязнь быть отвергнутым. Возникают трудности в общении.

**15. Мотивация к власти** – стремление и способность получать удовлетворение от контроля над другими людьми. Проявляется в склонности управлять окружающими, диктовать условия и т д. А.Адлер считал что мотив к власти связан со стремлением человека к превосходству, которое компенсирует естественные недостатки людей, испытывакющих комплекс неполноценности

**16. Мотивация альтруизма** – направлена на защиту интересов и благополучия других людей. Псевдоальтруистические мотивы – желание получить ответную выгоду

**17. Мотивация агрессивности** – намерение причинить физический или психологический вред другому человеку, обществу

**18. Потребность** – это исходная форма активности живых организмов. Это испытываемая человеком нужда в чем – либо.

**19.Мотив**– это внутренние силы которые связаны с потребностями личности и побуждают ее к определенной деятельности. Мотивы – это осознанные, осмысленные и прочувствованные потребности.

**20. Мотивация –** это более широкое понятие, чем мотив и охватывает всю совокупность факторов активности человека и определяющих ее направленность.

**21. Цель** – ожидаемый результат, на который направлено актуальное поведение

**22. Влечение** – неосознанная по содержанию и цели деятельности потребность

**23. Желание** – это мотив, в основе которого лежит осознанная по содержанию потребность, но она еще не выступает в качестве сильного побудителя к действию

**24. Склонность** – избирательная направленность субъекта на опредленную деятельность

**25. Задача** – это частный ситуативно – мотивационный фактор, возникающий тогда, когда в ходе выполнения действий, направленных на достижение определенной цели возникает трудность, которую преодолевают благодара постановке конкретной задачи

**26. Идеал** – это важная цель личных стремлений человека, своеобразный пример, эмоционально окрашенный эталон действия

**27. Мировоззрение** – представляет собой систему взглядов человека на мир и его закономерности. Служит высшим регулятором поведения, определяет общую направленность, целеустремленность. Формируется на основе интересов и склонностей.

**28.** **Способность** – совокупность личностных свойств, которая не сводятся к знаниям умениям и навыкам, но обеспечивают и объясняют их быстрое приобретение и эффективное использование на практике

**29.** **Задатки способностей** - первичные, природные (биологические) особенности, с которыми человек рождается и которые созревают в процессе его развития.

**30. Интеллект** – это уровень способности пользоваться мыслительными операциями, способность адаптироваться к окружающей среде, к обстоятельствам жизни, психофизиологическая способность человека быстрее или медленнее обрабатывать поступающую информации, обобщенная способность к обучению.

1. **Вопросы к занятию**

1.Соотношение понятий «Индивид», «Личность», «Индивидуальность»;

2. Основные направления в психологии и представления о личности, сформировавшиеся в рамках данных направлений;

3. Я-концепция личности. Определение понятия. Структура. Показатели адекватности Я-концепции. Какую роль играет Я-концепция в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на Я-концепцию?

4. Направленность личности. Потребность. Мотив. Цель. Локус-контроля. Какую роль играет направленность личности в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на направленность личности?

5. Задатки и способности. Чем отличаются друг от друга эти понятия. Факторы развития способностей. Каким образом соотносятся интеллектуальные и творческие способности. Какую роль играют задатки и способности в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на развитие способностей?

6. Темперамент (определение понятия). Типы темперамента. Проблема изучения темперамента.. Какую роль играет темперамент в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на темперамент?

7. Характер (определение понятия). Гармоничность и дисгармоничность характера. Акцентуации и психопатии. Какую роль играет характер в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на характер?

**4. Вопросы для самоконтроля**

1.Объясните разницу в понятиях «Индивид», «Личность», «Индивидуальность». Какое из этих понятий шире и почему?

2. Каковы критерии «зрелой личности»?

3. Перечислите и коротко охарактеризуйте основные направления в психологии и представления о личности, сформировавшиеся в рамках данных направлений?

4. Что такое Я-концепция личности. Охарактеризуйте структуру Я-концепции. Что определяет адекватность Я-концепции.

5. Чем представлена мотивационная сфера личности?

6. Охарактеризуйте понятия «способности» и «задатки способностей». Чем они отличаются друг от друга?

7. Каковы факторы развития способностей из задатков?

8. Что такое темперамент?

9. Что такое характер?

10. Чем отличается темперамент от характера?

**5. Основная и дополнительная литература к теме**

 **Основная литература**

|  |
| --- |
| 1. Родыгина Ю.К. Психология личности: учеб. пособие [Текст]/ Ю. К. Родыгина; Федер. агентство по здравоохранению и соц. развитию, Сев. гос. мед. ун-т, Фак. клин. психологии и соц. работы. -Архангельск: [СГМУ], 2008. -129,[1] с. |
| 2. Утлик Э.П. Психология личности [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по напр. "Психология"/ Э. П. Утлик. -Москва: Академия, 2008. -314,[1] с. |
| 3. Ступницкий В. П. Психология [Электронный ресурс] : учебник / Ступницкий В. П. - М. : Дашков и К, 2014. - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/ |

 **Дополнительная литература**

|  |
| --- |
| 1. Милорадова Н.Г. Психология: шаг к себе - другим навстречу [Электронный ресурс] ] : учеб.-метод. пособие. / Милорадова Н.Г. - 2-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2013. - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/ |
| 2. Климова, Елена Константиновна. Психология успеха. Тренинг личностного и профессионального развития [Текст] : учеб.-метод. пособие / Е. К. Климова, О. А. Помазина, О. Н. Бакурова. - Санкт-Петербург : Речь, 2013. - 152, [1] с. |
| 3. Собчик Л. Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМИЛ [Текст]/ Л. Н. Собчик. -Санкт-Петербург: Речь, 2007. -216 с. |
| 4. Залевский Г.В. Личность и фиксированные формы поведения. [Электронный ресурс] / Залевский Г.В. - М.: Институт психологии РАН, 2007. - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru |

**6.\* Перечень вопросов и заданий для самостоятельной работы**

Для получения допуска к зачету по дисциплине необходимо проработать все задания для самостоятельной работы по всем 4 темам. Выполненные задания необходимо переслать на электронную почту проверяющего.

**Задание 1. Проработайте информацию в рамках ниже обозначенных вопросов для участия в блиц-играх на практических занятиях.**

1.Соотношение понятий «Индивид», «Личность», «Индивидуальность»;

2. Основные направления в психологии и представления о личности, сформировавшиеся в рамках данных направлений;

3. Я-концепция личности. Определение понятия. Структура. Показатели адекватности Я-концепции. Какую роль играет Я-концепция в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на Я-концепцию?

4. Направленность личности. Потребность. Мотив. Цель. Локус-контроля. Какую роль играет направленность личности в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на направленность личности?

5. Задатки и способности. Чем отличаются друг от друга эти понятия. Факторы развития способностей. Каким образом соотносятся интеллектуальные и творческие способности. Какую роль играют задатки и способности в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на развитие способностей?

6. Темперамент (определение понятия). Типы темперамента. Проблема изучения темперамента.. Какую роль играет темперамент в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на темперамент?

7. Характер (определение понятия). Гармоничность и дисгармоничность характера. Акцентуации и психопатии. Какую роль играет характер в процессе занятия адаптивной физической культурой. Как занятия физической культурой влияют на характер?

**Задание 2.** Напишите эссе на тему «Влияние травмы или болезни на личность». Изложите свои мысли на этот счет в пределах листа формата А-4, 13 шрифт, 1,5 интервал, Times New Roman. Обязательно аргументируйте свою точку зрения.

**Задание 3.** Посмотрите любой художественный фильм, посвященный проблеме преодоления профессиональным спортсменом последствий травмы или заболевания, которое фактически ставит крест на спортивной карьере. Например, такие фильмы как «Куколка», «Малышка на миллион», «Вернуть Веру», «Легенда №17» и другие. Ответьте в письменном виде на следующие вопросы:

1. Каким видом спорта занимался главный герой (героиня)?
2. Какие личностные качества необходимы, чтобы быть успешными в данном виде спорта?
3. Какие личностные качества развиваются в процессе занятий данным видом спорта?
4. Что случилось с главным героем (героиней)?
5. Как главный герой (героиня) отреагировали на болезнь или травму?
6. Смог ли главный герой (героиня) оправиться после травмы или болезни?
7. Если да, то почему? Что или кто им помог? Если нет, то почему? Что или кто им помешал?
8. Что бы Вы порекомендовали в плане психологической коррекции главного героя (героини)? Обоснуйте Ваши рекомендации.

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы и темы для самостоятельного изучения** | **Виды и содержание самостоятельной работы** |
| «Влияние травмы или болезни на личность» | Написание эссе |