**УЧЕБНО-ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ ПРАКТИКА**

Для специальности 020400 Психология

Курс 3 семестр 6

Продолжительность практики – 3 недели

**Отчет о прохождении практики**

Практика является органической частью учебного процесса и обеспечивает соединение теоретической подготовки с практической деятельностью в психологических службах различных учреждений и предприятий. Содержание практики взаимосвязано с дисциплинами специализации учебного плана по специальности 020400.

В ходе практики решались познавательные и практические задачи, связанные с ознакомлением с основными направлениями работы психолога, формировались навыки психодиагностической и коррекционной работы, организации и проведения психолого-педагогических исследований, развития навыков и умений работы с людьми.

***Основные задачи:***

1. Углубление, закрепление и обогащение теоретических знаний, полученных в процессе обучения.
2. Выработка умений: наблюдать и анализировать социальные процессы, поведенческие акты коллективов, групп и отдельных индивидов; собирать и систематизировать факты; обрабатывать собранный информационный массив; научно обоснованно делать выводы и планировать свои профессиональные действия.
3. Ознакомление с профессиональными функциями психолога: коммуникативной, информационной, ориентационной, мобилизационной, организационной, исследовательской.
4. Развитие профессионально важных качеств личности психолога.
5. Знакомство с отдельными операциями, действиями и актами профессиональной деятельности психолога, с разнообразными методами и приёмами в работе с отдельными людьми, группами и коллективами.
6. Формирование творческого подхода к реализации своих профессиональных функций.
7. Ознакомление с современным состоянием психологических служб, с опытом их работы.

Психолог в школе – это прежде всего человек, знающий и глубоко понимающий ученика, разбирающийся как в общих закономерностях психического развития, так и в возрастных его особенностях и индивидуальных вариантах.

Основные функции психолога в школе – это создание условий, способствующих охране физического и психического здоровья детей, обеспечению их эмоционального благополучия, свободному и эффективному развитию способностей каждого ребенка.

Работа психолога в школе включает, во-первых, участие в педагогическом процессе в целом, его анализ и психологизацию, организацию взаимодействия учителей и учеников; и, во-вторых, индивидуальную работу с детьми, направленную на профилактику отклонений в развитии.

***Содержание практики:***

В ходе первой недели практики происходило знакомство с работой психолога, целями и задачами, направлением, стилем и характером деятельности. Вся документация (приказы, постановления, решения, планы, отчёты) является секретной информацией и предназначена только для служебного пользования. Однако при изучении архивов была найдена необходимая информация о формах, методах, особенностях работы психолога в данном учреждении (функции, обязанности, права, ответственность и квалификационные требования – формы и методы взаимодействия с начальством, коллективом). Данная информация была положена в основу настоящего отчёта. Были изучены основные тестовые методики, используемые психологом.

В последующие недели были изучены основные тестовые методики, используемые психологом школы.

Ежедневно я находилась на практике с 8.00 до 14.00, вела записи в дневнике практики, отмечая в нем результаты наблюдений. Подчинялась правилам внутреннего распорядка, выполняла порученные распоряжения и указания от психолога. В ходе прохождения практики закрепились знания, полученные в процессе обучения, я ознакомилась с деятельностью психолога и данном учреждении и утвердилась в правильности своего профессионального выбора.

На качество моей работы влиял благоприятный климат в коллективе, пройденная практика оставила у меня положительные впечатления.

В процессе прохождения производственной практики мы овладели следующими ***умениями:***

1.Умение устанавливать взаимоотношения и контакты с людьми: психологами по работе, членами коллективов и руководством, обследуемыми, т.е. овладели умением реализации коммуникативной функции профессиональной деятельности психологов;

2.Умение проводить психологические наблюдения, обработку собранного в результате наблюдения материала, построение гипотез, доказательств и выводов;

3.Умение применять на практике теоретические знания изученных дисциплин;

4.Умение анализировать и давать объективную оценку своей профессиональной деятельности и деятельности психологической службы учреждения;

5.Умение формулировать цели и задачи своей деятельности, планировать свою работу для достижения поставленных целей.

##### ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Виды и содержание работы | | Замечания о ходе и результатах | |
| 1 неделя практики: Знакомство с работой психолога в школе. | | | | |
| 10.03 | Ознакомление с психологом, с его деятельностью и местом его работы. | |  | |
| 11.03 | Ознакомление с документацией, работа с архивами. | | Вся документация является секретной информацией и предназначена только для служебного пользования. | |
| 12.03 | Общее знакомства с формами и методами работы психолога. | | Все методики разделены на группы, в соответствии с тем, на что направлена исследование. | |
| 13.03 | Ознакомление с организацией различных видов деятельности психолога. Изучение тестовых методик, используемых психологом. | | Диагностика, психокоррекция, работа с учителями, учениками и их родителями. Тест Керна-Ирасека, корректурная проба. | |
| 14.03 | Составление плана работы на следующую неделю. | |  | |
| 2 неделя практики | | | | |
| 17.03 | Подготовка к лекционному занятию | | Подбор материала для проведения лекции. | |
| 18.03 | Проведение лекции-беседы «Искусство общения» | | Лекция проводилась для учителей, воспринята положительно, с интересом и вызвала дискуссию. | |
| 19.03 | Выполнение заданий по общепсихологическому циклу | | Методика: стиль руководства в учреждении, исследование типа темперамента. | |
| 20.03 | Обработка результатов | | Обработка тестов, и их интерпретация. | |
| 21.03 | Составление плана работы на следующую неделю. | |  | |
| 3 неделя практики | | | | |
| 24.03 | | Выполнение заданий по медико-биологическому циклу. | | Сбор психологического анамнеза. |
| 25.03 | | Выполнение заданий по медико-биологическому циклу. | | Исследование стрессоустойчивости и типа реагирования личности на стресс, САН, выявление уровня нервно-психического напряжения у сотрудников учреждения. |
| 26.03 | | Обработка результатов исследования | |  |
| 27.03 | | Выполнение заданий по поручению психолога | | Проведение упражнений на развитие внимания учеников 6 класса. |
| 28.03 | | Подбор материала для отчета | | Беседа с руководителем практики о результатах её прохождения |
| 31.03 | | Итоговая встреча с психологом с целью обсуждения результатов исследований, проводимых в ходе практики. | | Подготовка отчёта о прохождении учебно-ознакомительной практики. |

##### ДНЕВНИК

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Виды и содержания работы | | Анализ хода и результатов |
| 10.03.08 – 16.03.08 | Ознакомление с деятельностью психолога, с документацией, работа с архивами. | | Вся документация является секретной информацией и предназначена только для служебного пользования |
| 17.03.08 | Подготовка к лекционному занятию, проведение лекции-беседы «Искусство общения» | | Лекция проводилась для учителей, воспринята положительно, с интересом и вызвала дискуссию. |
| 19.03.08 | Выполнение заданий по общепсихологическому циклу: методика стиль руководства в учреждении. | | Исследование проведено у двух испытуемых. |
| 20.03.08 | Обработка результатов | | Обработка тестов, и их интерпретация, составление протокола исследования. |
| 21.03.08 | Выполнение заданий по общепсихологическому циклу: методика исследование типа темперамента (Формула темперамента Белова). Обработка результатов. | | Исследование проведено у двух испытуемых. |
| 24.03.08 | Выполнение заданий по медико-биологическому циклу | | Сбор психологического анамнеза. |
| 25.03.08 | Выполнение заданий по медико-биологическому циклу. | | Исследование стрессо-устойчивости и типа реагирования личности на стресс, САН, выявление уровня нервно-психического напряжения у сотрудников учреждения. |
| 26.03.08 | Обработка результатов. | | Составление протоколов. |
| 27.03.08 | Выполнение заданий по поручению психолога | Проведение упражнений на развитие внимания учеников 6 класса. | |
| 28.03.08 | Подбор материала для отчета. Итоговая встреча с психологом с целью обсуждения результатов исследований, проводимых в ходе практики. |  | |
| 31.03.08 | Подведение итогов за три недели практики. | Подготовка отчёта о прохождении учебно-ознакомительной практики. | |

**ПРИЛОЖЕНИЕ А**

**Задание по общепсихологическому циклу:**

1. Проанализировать характеристику стиля руководства в учреждении.
2. Провести исследование типа темперамента. Охарактеризовать влияние темпераментов сотрудников организации на успешность выполнения ими производственной деятельности (2 описания).

3. Разработать и провести тренинг или лекцию (на выбор) для сотрудников по тематике посвященной оптимизации межличностного общения.

ПРОТОКОЛ 1

ФИО:

Возраст: 44 года.

Должность: кл. рук., учители биологии

Время и дата исследования: 19.03.08, 13.45

Методика оценки стиля управления.

1 + 2 +

3 -

4 +

5 -

6 +

7 +

8 +

9 +

10 +

11 +

12 +

13 +

14 +

15 +

16 -

17 +

18 -

19 -

20 +

21 +

22 +

23 +

24 -

25 +

26 -

27 +

28 +

29 +

30 -

31 -

32 +

33 +

34 +

35 -

36 -

37 -

38 +

39 +

40 +

41 -

42 +

43 -

44 -

45 +

46 +

47 -

48 -

49 -

50 -

51 +

52 +

53 -

54 -

55 -

56 +

57 +

58 +

59 -

60 +

Заключение: Высокая выраженность единоличного – демократического стиля управления, это отражает умение координировать и направлять деятельность коллектива, развивать инициативу и новые методы работы, быть справедливым и тактичным в споре, умение предупреждать конфликты и создавать высоконравственную атмосферу в коллективе.

В то же время средняя выраженность пассивно – попустительского стиля управления отражает стремление переложить свои обязанности на других, требовательность и доверчивость, склонность к уговариванию.

Низкая выраженность авторитарно – единоличного стиля проявляется в слабом желании быть лидером, стремлении доводить начатое дело до конца.

ПРОТОКОЛ 2

ФИО:

Возраст: 58 лет.

Должность: Зам. директора по воспитательной работе, учитель нем. яз.

Время и дата исследования: 19.03.08, 12.00

Методика оценки стиля управления.

1 + 2 -

3 +

4 +

5 +

6 +

7 -

8 +

9 +

10 +

11 -

12 +

13 -

14 +

15 +

16 +

17 +

18 -

19 -

20 +

21 +

22 +

23 -

24 -

25 +

26 +

27 +

28 +

29 +

30 -

31 +

32 +

33 +

34 +

35 -

36 +

37 -

38 +

39 +

40 +

41 -

42 +

43 +

44 -

45 +

46 +

47 +

48 -

49 -

50 -

51 +

52 +

53 +

54 +

55 -

56 -

57 +

58 +

59 +

60 +

Заключение: По данным проведенного исследования выявлено, что у испытуемого наблюдается высокая выраженность единолично – демократического стиля управления и средняя выраженность авторитарно – единоличного и пассивно – попустительского стилей. Это свидетельствует о том, что испытуемый является опытным руководителем, умеет координировать и направлять деятельность коллектива, развивать инициативу и новые методы работы, быть справедливым и тактичным в споре, предупреждать конфликты и создавать высоконравственную атмосферу в коллективе. У испытуемого наблюдаются хорошие лидерские качества, требовательность и настойчивость, в тоже время испытуемый доверчив и податлив к постороннему влиянию и имеет склонность к уговариванию.

ПРОТОКОЛ 3

ФИО:

Возраст: 44 года.

Должность: кл. рук., учитель биологии.

Время и дата исследования:19.03.08., 13.20.

Методика: Теста Белова «Формула темперамента».

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Холерик | Сангвиник | Флегматик | Меланхолик |
| 1 | - | + | - | - |
| 2 | - | - | + | - |
| 3 | + | - | + | - |
| 4 | - | + | + | - |
| 5 | + | - | - | + |
| 6 | + | - | - | + |
| 7 | + | - | - | - |
| 8 | - | - | + | - |
| 9 | - | + | + | - |
| 10 | - | - | + | + |
| 11 | + | + | - | + |
| 12 | - | - | - | + |
| 13 | - | + | + | - |
| 14 | - | + | + | + |
| 15 | + | + | - | + |
| 16 | + | + | + | + |
| 17 | + | - | + | - |
| 18 | - | + | - | - |
| 19 | + | - | - | - |
| 20 | + | - | + | - |

Заключение: Холерик – 26,3%; Сангвиник – 23,7%; Флегматик – 28,9%;

Меланхолик – 21%.

У испытуемого наблюдается практически равное соотношение всех типов темперамента. Немного преобладает флегматический тип, что характеризуется силой и инертностью нервных процессов. Он способен на длительную и тяжелую работу, но с трудом переключается с одного вида деятельности на другую. В то же время ему свойственна низкая точность движений и он часто испытывает трудность в распределении своих сил.

ПРОТОКОЛ 4

ФИО:

Возраст: 56 лет.

Должность: Зам. директора по воспитательной работе, учитель нем. яз.

Время и дата исследования: 19.03.08, 11.00

Методика: Теста Белова «Формула темперамента».

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Холерик | Сангвиник | Флегматик | Меланхолик |
| 1 | - | - | + | + |
| 2 | - | - | - | + |
| 3 | - | + | + | + |
| 4 | - | - | + | + |
| 5 | - | - | + | + |
| 6 | - | - | + | + |
| 7 | - | - | + | + |
| 8 | + | - | - | - |
| 9 | - | + | - | + |
| 10 | - | + | - | - |
| 11 | - | - | - | + |
| 12 | - | + | - | + |
| 13 | - | - | - | + |
| 14 | - | + | + | + |
| 15 | - | - | + | + |
| 16 | - | + | + | + |
| 17 | - | - | + | - |
| 18 | - | - | + | + |
| 19 | - | + | - | + |
| 20 | - | + | + | - |

Заключение: Х = 2.7 %, С = 21.6 %, Ф = 32.4%, М = 43.3%

Доминирует меланхолический тип темперамента.

Это свидетельствует о слабой нервной системы и инертности нервных процессов. Испытуемый стеснителен, часто теряется в новой обстановке, мнителен, обидчив. Обладает спокойной размеренной речью. При неудачах чувствует подавленность и растерянность. Незначительный повод может вызвать слезы. Малая реактивность. Медлительный психический тип, ригиден. Нельзя сказать, что пессимист, так как способен на глубокие чувства (отважен). В отношениях – ведомый.

3) Лекция – беседа «Искусство общения»

**«Общайтесь с людьми так, как будто они на самом деле такие, какими они хотели бы быть, и вы поможете им стать такими».**

**И. Гете.**

Процесс общения между людьми мы начнем рассматривать с их эмоциональной связи, затем перейдем к практическому решению благополучного общения, и дадим ответы на ваши конкретные вопросы.

Отсутствие эмоциональных связей может иметь для человека фатальный исход. Можно говорить о так называемом сенсорном голоде в жизни человека, а особенно в период его становления, отсутствие стимулов, которые обеспечивают ему физический контакт. Имеются экспериментальные данные, показывающие, что сенсорная деривация может вызвать у человека временный психоз или стать причиной временных психических нарушений.

Часто люди заводят кошек или собак от недостатка сенсорного общения человеком. Замечено, что человек обреченный по разным причинам на сенсорную и социальную изоляцию впадает в апатию, что приводит к дегенеративным изменениям, а часто и к суициду. В этом смысле ощущения сенсорного голода следует считать важнейшим состоянием для человеческого организма, по сути, так же, как и ощущение пищевого голода. С одной стороны, человек постоянно стремиться к физиологической близости того типа, которую он испытывал, будучи младенцем.

Но жизнь ставит препятствия этому, и он учиться довольствоваться едва уловимыми, иногда символическими формами физиологической близости.

И любой иногда «метафорический якорь», простой намек на узнавание в некоторой мере может удовлетворить его:

· Артисту необходимы постоянные восторги и похвалы от поклонников.

· Ученому признание его заслуг.

· Женщине комплимент.

· Военным победы.

Эрик Берн, определил это как «поглаживание». В этот термин он вкладывает смысл, как для обозначения интимного контакта, так и любые другие формы общения. На практике это может принимать самые разные конфигурации.

Например:

· ребенка не только поглаживают и обнимают, а порой шутливо щиплют или слегка щелкают по лбу,

· при разговоре это проявляется в интонациях и употребляемых словах, которые формулируют свое расположение к данному человеку. В своей теории игр Берн подчеркивает, что любое общение полезно и выгодно для людей. И, исходя, из этого посыла он создал – «Теорию игр, в которую играют люди».

Люди постоянно озабочены проблемой общения, умением разговаривать, как с другом, так и с начальником. И от того, как сложиться беседа, может зависеть многое в жизни человека.

«Что я буду говорить с ней, при нашей встрече?»

«Что я скажу на вечеринке?»

«Как просить добавки к зарплате у начальника?»

«Как ответить на экзамене?»

Каждый может вспомнить ситуацию, когда нечем заполнить паузу в разговоре, при чем никто из присутствующих не в состоянии придумать ни одного уместного замечания, чтобы не дать разговору замереть.

Часто путают – «общение» и «отношения», эти два понятия не совпадают. Общение есть процесс реализации тех или иных отношений. Нередко мы не учитываем своей выгоды при общении с другими людьми. Мы запугиваем их, спорим с ними, принуждаем, лишаем чего-либо. Мы ругаем окружающих, когда дела идут плохо, и забываем похвалить, когда все хорошо. И вот уже наши отношения не складываются, так как мы бы хотели.

**«*Смысл общения – в его результате»,*** это общеизвестно.

Как и любая другая сфера человеческой деятельности, общение имеет свои задачи: информировать, склонить, отговорить, предупредить, напугать и т. д.

*Коммуникативная* – сторона общения состоит в обмене информацией между людьми.

*Интерактивная* – сторона общения заключается в организации взаимодействия между индивидами, т. е. в обмене участвуют не только знания и идеи, но и влияние, а так же и наши эмоции.

*Перцептивная* – сторона общения означает процесс восприятия друг друга партнерами по общению и установление на этой почве взаимопонимания.

Еще один важный момент состоит в том, что лишь часть сведений передается от одного человека к другому сознательно, с целью сообщить что-либо партнеру по общению. Большая же часть информации передается не вербально, и в этом случае эмоции доминируют. Так, например, человек хотел бы скрыть – беспокойство, дрожащие руки, волнение голоса.

Помимо общего для всех индивидов значения: знак, слово, может иметь личностный смысл. Он порождается личным опытом человека или стереотипом поведения в данной группе людей. Оговорки, акцент, частые ссылки на авторитет и мнение какого либо лица. Поскольку знаки, слова, мимика, прежде всего, говорят о самом человеке, его спонтанных реакциях, очень важно научиться замечать их и верно расшифровывать. Когда общение нормализировано, в словах и поступках людей наиболее важным является их общепринятое значение. Можно сказать, что понять человека как носителя определенной культуры мы можем, только уяснив значения его слов и поступков. Понять же его как индивида, можно лишь учитывая и значения и личностный смысл его речей, жестов и т. д.

**Что мы говорим после того, как сказали «здравствуйте»?**

Этот вопрос, такой бесхитростный, на самом деле содержит в себе важнейшие проблемы человеческой жизни. Этот вопрос еще неосмысленно задают себе дети, его задают друг другу, своим родителям, учителям подростки, юноши и девушки. Этого вопроса многие взрослые избегают, так и не находят на него ответ. А ведь в ответе на этот вопрос, наверное, и заключается большинство изначальных проблем общения. Важно определить средства и механизмы общения, воздействия участников общения друг на друга в его процессе.

***Различают два вида общения: вербальное и невербальное.***

Общение, осуществляемое с помощью слов, называется *вербальным* (от лат. verbalis – словесный). Главным средством здесь служит язык – это система знаков, служащая средством человеческого общения, мыслительной деятельности, способом выражения самосознания личности.

*При невербальном* общении средством передачи информации являются такие знаки: позы, жесты, мимика, интонации, взгляды, интерьер.В этом случае знак – это любой материальный объект (предмет, явление, событие), который выступает в качестве указания и обозначения и используется для приобретения, хранения, переработки и передачи информации. Невербальные средства общения чаще всего используются для установления эмоционального контакта с собеседником и что важнее, так это поддержание эмоционального контакта в процессе беседы. Вот, например, как правильно сказать «здравствуйте» - это, значит, увидеть другого человека, почувствовать его как явление, воспринять его и быть готовым к тому, что у него будет адекватная реакция. Человек получает тем большее удовлетворение, чем он более доступен для контакта. И основой для этого является социальная приемлемость, проще говоря, хорошие манеры. Во всем мире приняты некоторые общие ритуалы: приветствия при встрече, манера поведения за столом, в общественных местах, ритуалы ухаживания, траура. А чем больше люди узнают друг друга, тем больше места в их взаимоотношениях начинает занимать индивидуальная связь, которая часто приводит к инцидентам, так отравляющим их жизнь. И пусть на первый взгляд они кажутся случайными, но при анализе можно обнаружить, что они развиваются по определенным схемам и стереотипам. И здесь уместно сказать, что люди играют не в те игры, и что участники делают ход не по правилам.

Об этом много и подробно написано у Эрика Берна в его книге «Игры, в которые играют люди» Употребление термина «игра» возможно и по отношению к таким трагическим формам поведения, как самоубийство, алкоголизм, наркомания, преступность, шизофрения. А эта игра может быть опасной для ее участников. Существенной чертой «игр людей», вслед за Берном, я считаю не проявление спонтанного характера эмоций, а их управляемость.

**В силу своего воспитания, образования, жизненного опыта каждый человек определил некий набор поведенческих схем, что определенным образом соотносится с его сознанием.**

Но поведенческие изменения обычно сопровождаются эмоциональными, и вот этот аспект в трансформации неудовлетворительного поведения и взаимоотношений мы так же рассмотрим.

Мы грубы и нетерпеливы с детьми, друг с другом, даже сами с собой, а потом сожалеем об этой грубости. Лично похвалить человека и выразить свое удовольствие, нам не доставит большого труда, и это вернется нам сторицей.

Зная лучшие способы управления поведением, мы достигли бы своей цели быстрее, к тому же без нервотрепки, но мы не представляем, как это сделать.

**К чему надо стремиться?**

Общаясь с партнером, мы получаем большое количество информации о нем, о его состоянии и переживаниях. Но так лишь мы правильно оцениваем эту информацию? Ведь известно и то, что способности адекватного восприятия других индивидуумов у разных людей различные.

**Почему же это так? И можно ли научиться общаться?**

Некоторые полагают, что это зависит от жизненного опыта. Тем не менее, каждый из нас наблюдал за людьми, имеющими большой жизненный опыт, но он им не помогал в общении. Посмотрите на маленьких детей, у них отсутствует жизненный опыт, но многие видели, насколько верно и тонко дети воспринимают взрослых, буквально чувствуют их.

**Как понять своего партнера? И как повлиять на него так, как нам выгодно?**

Например, улыбка или нежность, и человек уже расположен к вам. Грубость, резкость, пренебрежение, - и вот уже к вам этот человек не обратиться.

Так достигаются те цели, что поставлены вами, пусть не всегда и беспристрастно.

Например, я рекомендую не кричать на своих детей, потому что крик не помогает в любой ситуации. Подмечать поведение, которое вам нужно, и сразу подкреплять его — это гораздо более действенно, да к тому же еще и учитывает ваши интересы.

Все это представляет собой двустороннюю связь, в которой события на одном конце изменяют события на другом. Это то, что вы делаете по отношению к субъекту, а он уж вынужден будет так реагировать. Это как бы вы задаете программу его поведения и реакций на ваши действия. Допустим, если он или она не звонит, то тогда уж ничего не поделаешь. С другой стороны, если вы всегда проявляете радость, когда любимые вам звонят, то это значит, что их поведение положительно подкрепляется, вероятность частоты их звонков, очевидно, увеличится.

Но если вы примените отрицательное подкрепление — “Почему ты не позвонил, почему я должна тебе звонить, ты мне никогда не звонишь” и т.д. Эти замечания вызывают раздражение, — вы создаете ситуацию, при которой звонящий избегает неприятностей тем, что не звонит; фактически вы обучаете их не звонить.

Положительное подкрепление можно применить и к себе. Вместо того, что бы как обычно сокрушаться об ошибках, человек должен вознаграждать себя за удачные поступки. Положительное подкрепление приносит пользу и при взаимоотношениях между людьми. В нашем мире человек, выработавший в себе наблюдательность в отношении положительного подкрепления, имеет большие преимущества перед другими. Подкрепление должно совершаться в связи с действием, которое предполагается видоизменить. Подкрепление — это информация и она говорит субъекту, что именно вам нравится или чем вы недовольны.

Но как часто мы непомерно запаздываем, подкрепляя друг друга. “Послушай, дорогая, вчера вечером ты выглядела замечательно”, — звучит совсем не так, как та же фраза, сказанная вовремя. Отсрочка подкрепления может даже оказать вредное воздействие (“А что, разве я сейчас не выгляжу замечательно?”).

И свято заблуждаемся, что сила слов перекроет просчеты во времени подкрепления.

Когда футболисты забьют гол, то трибуны ревут: «Гооол!!!», а сами футболисты бросаются обниматься, что соответствует своевременности поощрений.

Должное взаимодействие с интересующим вас человеком складывается из индивидуальных контактов, пользу от которых удается приумножить через их рациональную организацию. Разные аспекты этих взаимодействий мы вкратце и рассмотрим сейчас. Любой контакт – это процесс, состоящий из целого набора психологических приемов. Выигрывают те, кто овладел наиболее эффективными методами общения.

**Постигающее общение** – это целенаправленное взаимодействие, ориентированное на понимание собеседника и проявление уважения к его личности. И здесь важно исключить оценочные реакции на его высказывания и на эмоциональное состояние.

Должное взаимодействие с интересующим вас человеком складывается из индивидуальных контактов, пользу от которых удается приумножить через их рациональную организацию.

На первой фазе разговора мы ставим следующие задачи:

. установить контакт с собеседником,

· создать благоприятную атмосферу для беседы,

· привлечь внимание к теме разговора,

· пробудить интерес собеседника.

Список использованной литературы:

1.Андреева Г.М. Социальная психология. – М., Аспект Пресс, 1996. 2. Зимняя И.А. Психология обучения иностранному языку в школе. – М., 1991. 3.Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. – М., 1972.

4.Ломов Б.Ф. Общение и социальная регуляция поведения индивида// Психологические проблемы социальной регуляции поведения, - М., 1976.

5.Немов Р.С. Психология. Книга 1: Основы общей психологии. – М., Просвещение,1994.

**ПРИЛОЖЕНИЕ В**

Задание по медико – биологическому циклу:

1. Проведение эмпирического исследования включающего

а) Сбор психологического анамнеза и оценка ресурсов психологического здоровья в ходе частично стандартизированной беседы (2 протокола.)

б) Исследование стрессоустойчивости и типа реагирования личности на стресс (2 – 3 протокола).

в) Исследование функционального состояния сотрудников, с помощью опросника САН (2 – 3 протокола).

г) Выявление уровня нервно–психического напряжения у сотрудников учреждения и изучение влияние (2 – 3 протокола).

1. Анализ взаимосвязи между изученными характеристиками и результативностью деятельности респондентов.

Психологический анамнез № 1

1. Биографическая информация.

2. Данные семейного анамнеза.

а) Индивидуальная история взаимоотношений в родительской семье.

Мать и отец живут отдельно от респондентки. Отношение к матери и отцу с детства было положительным. Респондентка отмечает наличие доверительных отношений между ней и родителями с детства. На выбор профессионального и брачного пути респондентки отреагировали спокойно.

б) Информация о братьях и сестрах.

Есть младший брат, в детстве отношения между респонденткой и ее братом были близкие. В настоящее время родственные отношения разладились и стали более приятельские.

3. Личная информация. Респондентка являлась желанным ребенком, во время беременности на мать не производилось какого – либо серьезного вредоносного влияния.

а) Период раннего детства. Воспитанием респондентки занималась преимущественно мать. Свои любимые игры и забавы в этом возрасте не помнит.

б) Период младшего возраста (3 – 11 лет). Поведенческих нарушений не помнит, отмечает, что была очень спокойным и послушным ребенком. Проявлений дезадаптации не было, легко вливалась в новые группы, быстро находила общий язык со сверстниками, разлуку с родителями переносила очень спокойно.

в) Подростковый возраст. Примером для подражания была учительница химии, что и повлияло на профессиональный выбор респондентки. Увлекалась коллекционированием (марки, значки, открытки). Свои отношения с противоположным полом оценивает как неконфликтные, положительные.

г) Период взрослости. Респондентка отмечает, что ее семья испытывала во время перестройки, в основном связанные с социально – экономической ситуации в стране. На работе межличностные отношения считает оптимальными, положительно относится к коллегам. Хотя респондентка и отметила, что переживает карьерный рост, экономическими условиями жизни не удовлетворена. К употреблению алкоголя и наркотиков относится отрицательно. Серьезных жизненных кризисов респондентка не переживала. Долгосрочно будущее не планирует.

Особенности трудовой деятельности. Работает в Отважненской школы по настоящее время. В настоящее время своей работой не удовлетворена, в связи со своим финансовым положением и отсутствием материальной поддержки учреждения. Отношения с коллегами оценивает как положительные. Свою профессиональную компетентность оценивает на «4» (по пятибалльной шкале).

Особенности личной жизни. Была замужем, брак закончился разводом. Одна воспитывает сына.

4. Отношение к религии.

Респондентка не фанатично религиозна, но покрестилась 2 года назад из – за проблем со здоровьем сына. Не соблюдает церковные каноны (не посещает церковь, не исповедуется, не соблюдает пост и т.д.)

5. Реагирование на стресс и социальная жизнь.

Свое качество социальных контактов оценивает высоко. Отмечает наличие стрессов в повседневной жизни, связанных с профессиональной деятельностью. Как реакцию на стресс отмечает проблемы со здоровьем.

Психологический анамнез № 2

1. Биографическая информация.

2. Данные семейного анамнеза.

а) Индивидуальная история взаимоотношений в родительской семье.

Мать и отец умерли. Отношение к матери и отцу с детства было положительным. Респондентка отмечает наличие доверительных отношений между ней и родителями с детства. На выбор профессионального и брачного пути респондентки отреагировали спокойно.

б) Информация о братьях и сестрах.

Есть старшая и средняя сестры, старший брат умер несколько лет назад. На протяжении всего времени взаимоотношения между респонденткой и ее сестрами являются доверительными, близкими. С братом респондентка практически не общалась, после того как тот покинул родительский дом.

3. Личная информация. Респондентка являлась желанным ребенком, во время беременности на мать не производилось какого – либо серьезного вредоносного влияния.

а) Период раннего детства. Воспитанием респондентки занималась преимущественно мать. Свои любимые игры и забавы в этом возрасте не помнит.

б) Период младшего возраста (3 – 11 лет). Поведенческих нарушений не помнит, отмечает, что была очень спокойным и послушным ребенком. Проявлений дезадаптации не было, легко вливалась в новые группы, быстро находила общий язык со сверстниками, разлуку с родителями переносила спокойно. Среди первых детских воспоминаний выделяет черемуху, которую они с отцом посадили около дома.

в) Подростковый возраст. Примерами для подражаний являлись первый учитель и пионерская организация, являющиеся для респондентки образцами нравственных принципов. Увлекалась коллекционированием (марки, значки, открытки). Свои отношения с противоположным полом оценивает как неконфликтные, положительные.

г) Период взрослости. Респондентка отмечает, что ее семья испытывала во время перестройки, в основном связанные с социально – экономической ситуации в стране. На работе межличностные отношения считает оптимальными, положительно относится к коллегам. Хотя респондентка и отметила, что переживает карьерный рост, экономическими условиями жизни не удовлетворена. К употреблению алкоголя и наркотиков относится отрицательно. Серьезных жизненных кризисов респондентка не переживала. Долгосрочно будущее не планирует.

Особенности трудовой деятельности. Работает в Отважненской СПОШ с 1974 г. по настоящее время. В настоящее время своей работой не удовлетворена, в связи со своим финансовым положением и отсутствием материальной поддержки учреждения. Отношения с коллегами оценивает как положительные. Свою профессиональную компетентность оценивает на «4» (по пятибалльной шкале).

Особенности личной жизни. Первый брак закончился разводом, в настоящее время состоит в браке 22 года, браком удовлетворена,.

По роду занятий супруг водитель. Явных проблем в браке нет. Беременность на брак повлияла положительно. Полномочия и ответственность по выполнению семейных обязанностей не разделяют. Отношения в браке считает не совсем доверительными. Детей любит, разлуку с ними переживает тяжело.

4. Отношение к религии.

Респондентка не религиозна. В связи с социалистическим воспитанием к религии относится отрицательно.

5. Реагирование на стресс и социальная жизнь.

Свое качество социальных контактов оценивает высоко. Отмечает наличие стрессов в повседневной жизни, связанных с профессиональной деятельностью. Как реакцию на стресс отмечает проблемы со здоровьем.

ПРОТОКОЛ 1

ФИО:

Возраст: 44 года.

Должность: кл. рук., учитель биологии.

Время и дата исследования: 25.03.08, 12.30

Методика: Фрустрационный тест С. Розенцвейга

|  |  |
| --- | --- |
| № рисунка | Ответ |
|  | Смотреть надо куда едете! |
|  | Извините! |
|  | Ничего страшного. |
|  | Поеду на другом. |
|  | Купите новые. |
|  | Но мне надо больше! |
|  | Нет. |
|  | И ты не отказался? |
|  | А без него нельзя? |
|  | Нет, не знаю. |
|  | А жаль? |
|  | Возьму его и все. |
|  | Но как же так? |
|  | Да она всегда опаздывает! |
|  | Да ладно как – нибудь выкрутимся. |
|  | Надо было быстрее ехать. |
|  | Как – будто я нарочно это сделал. |
|  | А, еще завоз будет? |
|  | Ничего. |
|  | А мы с ней в ссоре. |
| 21. | Ой, очень жаль, надо попросить извинения. |
| 22. | Могли бы помочь подняться. |
| 23. | Мы не можем ждать. |
| 24. | Да, ладно. |

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: Общая стрессоустойчивость является низкой. В стрессовых ситуациях испытуемый часто теряется, становится беспомощным. Психологическая защита у испытуемого сформирована и может быть определена как защита через агрессию и перекладывание собственной вины на другого. Испытуемый является активной, оживленной личностью. Он открыто проявляет недовольство, озабоченность, гнев. Старается контролировать сложившуюся ситуацию, выявлять причины и искать виноватых. Своей вины при этом не замечая. Испытуемый обычно осмотрителен и осторожен, активно старается найти выход из сложившийся трудной ситуации.

ПРОТОКОЛ 2

ФИО:

Возраст: 44 года.

Должность: кл. рук., учитель биологии.

Время и дата исследования: 25.03.08, 10.05

Методика: Опросник САН

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1.Самочувствие хорошее | 3210123 | Самочувствие плохое |
| 2. Чувствую себя сильным | 3210123 | Чувствую себя слабым |
| 3. Пассивный | 3210123 | Активный |
| 4. Малоподвижный | 3210123 | Подвижный |
| 5. Веселый | 3210123 | Грустный |
| 6. Хорошее настроение | 3210123 | Плохое настроение |
| 7. Работоспособный | 3210123 | Разбитый |
| 8. Полный сил | 3210123 | Обессиленный |
| 9. Медлительный | 3210123 | Быстрый |
| 10. Бездеятельный | 3210123 | Деятельный |
| 11. Счастливый | 3210123 | Несчастный |
| 12. Жизнерадостный | 3210123 | Мрачный |
| 13. Напряженный | 3210123 | Расслабленный |
| 14. Здоровый | 3210123 | Больной |
| 15. Безучастный | 3210123 | Увлеченный |
| 16. Равнодушный | 3210123 | Взволнованный |
| 17. Восторженный | 3210123 | Унылый |
| 18. Радостный | 3210123 | Печальный |
| 19. Отдохнувший | 3210123 | Усталый |
| 20. Свежий | 3210123 | Изнуренный |
| 21. Сонливый | 3210123 | Возбужденный |
| 22. Желание отдохнуть | 3210123 | Желание работать |
| 23. Спокойный | 3210123 | Озабоченный |
| 24. Оптимистичный | 3210123 | Пессимистичный |
| 25. Выносливый | 3210123 | Легко утомляемый |
| 26. Бодрый | 3210123 | Вялый |
| 27. Соображать трудно | 3210123 | Соображать легко |
| 28. Рассеянный | 3210123 | Внимательный |
| 29. Полный надежд | 3210123 | Разочарованный |
| 30 Довольный | 3210123 | Недовольный |

Заключение: Самочувствие, настроение и активность респондента находятся в пределах нормы, что способствует высокой работоспособности, а также способности находить творческие решения в работе.

ПРОТОКОЛ 3

ФИО:

Возраст: 44 года.

Должность: кл. рук., учитель биологии

Время и дата исследования: 25.03.08, 10.20

Методика: Оценка нервно – психического напряжения.

1 б

2 а

3 а

4 а

5 а

6 а

7 а

8 б

9 в

10 а

11 а

12 в

13 а

14 б

15 а

16 а

17 в

18 а

19 а

20 а

21 в

22 а

23 а

24 а

25 а

26 а

27 а

28 в

29 б

30 б

Заключение: Исследование проводилось в обычной обстановке, в изолированном от шума обстановке. В ходе исследования у респондента выявлено слабое, или «детензивное» нервно – психическое напряжение. Что способствует высокой работоспособности, рабочему настрою.

ПРОТОКОЛ 4

ФИО:

Возраст: 56 лет

Должность: Зам. директора по воспитательной работе, учитель нем. яз.

Время и дата исследования: 25.03.08, 12.30

Методика: Фрустрационный тест С. Розенцвейга

|  |  |
| --- | --- |
| № рисунка | ответ |
| 1. | Дорожная служба не на уровне. |
| 2. | Извините, я нечаянно. |
| 3. | Я не за этим сюда пришел. |
| 4. | Ничего, уеду завтра. |
| 5. | Возьмите другую модель. |
| 6. | Но меня это не устраивает. |
| 7. | Другие шумят больше. |
| 8. | Как ты любезен! |
| 9. | Но я не могу ждать! У меня совещание. |
| 10. | Нет, я это не знаю! |
| 11. | Это судьба! |
| 12. | Какая досада! |
| 13. | Очень жалко! |
| 14. | Она очень необязательная! |
| 15. | Что-нибудь придумаю. |
| 16. | Но я так спешу! |
| 17. | Ни одно, так другое! |
| 18. | Жаль, придется идти в другой киоск. |

|  |  |
| --- | --- |
| 19. | О детях! |
| 20. | У нее сейчас другие друзья. |
| 21. | Попробую навестить его и попросить прощения. |
| 22. | Не беспокойтесь! |
| 23. | Но мы же опоздаем на поезд. |
| 24. | Действительно жаль, ведь там интересная статья. |

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: Общая стрессоустойчивость является низкой. У испытуемого слабое «Я», которое требует защиты. Психологической защиты нет, он тяжело переживает постигшие его неудачи, часто уходит в себя. Пытаясь найти выход из ситуации, он не прибегает к помощи окружающих, действует в одиночку. В стрессе проявляет ригидность. Он зацикливается на том, что произошло, погружается в переживания, теряется, оказывается беспомощным. Слабое «Я» отвлекает усилия на организацию психической защиты, не позволяет рационально выстроить свои действия так, чтобы они были направлены на решение проблемы. Адекватно оценивает собственную роль в том, что случилось, не теряет самокритичность, делает необходимые выводы на будущее. В стрессовых ситуациях испытуемый ведет себя не стандартно, трудно адаптируется в новом коллективе.

ПРОТОКОЛ 5

ФИО:

Возраст: 56 лет

Должность: Зам. директора по воспитательной работе, учитель нем. яз.

Время и дата исследования: 25.03.08, 10.40

Методика: Опросник САН

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| | 1. Самочувствие хорошее | 3210123 | Самочувствие плохое |
| 2. Чувствую себя сильным | 3210123 | Чувствую себя слабым |
| 3. Пассивный | 3210123 | Активный |
| 4. Малоподвижный | 3210123 | Подвижный |
| 5. Веселый | 3210123 | Грустный |
| 6. Хорошее настроение | 3210123 | Плохое настроение |
| 7. Работоспособный | 3210123 | Разбитый |
| 8. Полный сил | 3210123 | Обессиленный |
| 9. Медлительный | 3210123 | Быстрый |
| 10. Бездеятельный | 3210123 | Деятельный |
| 11. Счастливый | 3210123 | Несчастный |
| 12. Жизнерадостный | 3210123 | Мрачный |
| 13. Напряженный | 3210123 | Расслабленный |
| 14. Здоровый | 3210123 | Больной |
| 15. Безучастный | 3210123 | Увлеченный |
| 16. Равнодушный | 3210123 | Взволнованный |
| 17. Восторженный | 3210123 | Унылый |
| 18. Радостный | 3210123 | Печальный |
| 19. Отдохнувший | 3210123 | Усталый |
| 20. Свежий | 3210123 | Изнуренный |
| 21. Сонливый | 3210123 | Возбужденный |
| 22. Желание отдохнуть | 3210123 | Желание работать |
| 23. Спокойный | 3210123 | Озабоченный |
| 24. Оптимистичный | 3210123 | Пессимистичный |
| 25. Выносливый | 3210123 | Легко утомляемый |
| 26. Бодрый | 3210123 | Вялый |
| 27. Соображать трудно | 3210123 | Соображать легко |
| 28. Рассеянный | 3210123 | Внимательный |
| 29. Полный надежд | 3210123 | Разочарованный |
| 30 Довольный | 3210123 | Недовольный |

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: самочувствие, активность и настроение испытуемого находятся в норме, что способствует высокой работоспособности и способности находить творческие решения в работе.

ПРОТОКОЛ 6

ФИО:

Возраст: 56 лет

Должность: Зам. директора по воспитательной работе, учитель нем. яз.

Время и дата исследования: 25.03.08, 11.00

Методика: Оценка нервно – психического напряжения.

в

2 а

3 а

4 а

5 а

6 а

7 б

8 а

9 б

10 а

11 б

12 в

13 б

14 б

15 в

16 в

17 в

18 в

19 а

20 в

21 в

22 а

23 а

24 а

25 а

26 а

27 а

28 б

29 б

30 б

Заключение: Тестирование проводилось в обычной не стрессовой обстановке, в изолированном от шума помещении. В ходе тестирования выявлено, что у испытуемого умеренное или интенсивное НПН.

Анализ взаимосвязи между изученными характеристиками и результативностью деятельности респондентов.

За время прохождения практики я исследовала двоих педагогов по четырем методикам: опросник темперамента Формула темперамента Белова, САН, НПН, исследованию стрессоустоичивости (тест Розенцвейга). Я провела анализ взаимосвязи полученных характеристик и результативностью респондентов.

Мною было выяснено, что сотрудники имеют средний уровень стрессоустойчивости, что свидетельствует об устойчивости к профессиональному выгоранию, способности напряженно и продуктивно работать, способности переносить сложные и стрессовые ситуации. Методика САН позволила выяснить, что самочувствие, настроение и активность у сотрудников находятся в пределах или выше нормы, что также способствует высокой работоспособности, способности находить творческие решения в работе. Методика НПН показала, что сотрудники обладают низким уровнем нервно – психического напряжения, что способствует высокой работоспособности, рабочему настрою. Исследование темперамента по методике Белова показало, что один из респондентов доминирующим является меланхолический тип, что говорит о высокой сензитивности, повышенной чувствительности, о способности легко и быстро устанавливать контакты, переключать внимание, свидетельствует о доброжелательности. Другой респондент является флегматиком, что говорит о высокой работоспособности, терпении, устойчивом внимании, добросовестности, трудолюбии и умеренной общительности.