

## ТЕМА 9. СОЦИАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

### Вопросы для подготовки к семинарскому занятию

1. Понятие о социальном поведении. Просоциальное (помогающее) поведение, асоциальное и антисоциальное.
2. Уровни регуляции социального поведения
3. Самосознание индивида и социальное поведение.

### Тематика рефератов

1. Ценности как регуляторы социального поведения.
2. Альтруизм как феномен социального поведения.
3. Человек как жертва социализации в современном мире.
4. Социально-психологические аспекты агрессивного поведения.
5. Социальный контроль: нормы и санкции.
6. Понятие «девиантное поведение». Причины девиантного поведения: основные концепции.
7. Суицидальное поведение как вид девиации.
8. Насилие в семье как вид девиантного поведения.
9. Роль СМИ в формировании девиантных форм поведения.
10. Феномен со-зависимости и его последствия.
11. Гэмблинг (игровая зависимость).
12. Булимия и анорексия как формы нарушения пищевого поведения.
13. Факторы, способствующие формированию алкогольной зависимости.
14. Наркотическая зависимость. Факторы, способствующие приобщению к наркотикам
15. Молодежные неформальные группы как основа формирования отклоняющегося поведения.
16. Сексуальные девиации и причины их формирования.
17. Никотиновая зависимость: факторы, способствующие ее развитию, влияние на здоровье, меры профилактики.
18. Правила безопасного поведения в интернете

### Задания и упражнения

#### Вопросы для размышления

1. Чем отличается взаимодействие людей от взаимодействия между другими живыми существами?
2. Иметь или быть – как можно ответить на дилемму Э.Фромма? Можно ли эти две ориентации рассматривать как типы социального характера?
3. Раскройте содержание принципа комплексности в оказании социально-психологического воздействия на отклоняющееся поведение личности.
4. Каковы цели, принципы и формы психопрофилактики отклоняющегося поведения?
5. Как Вы думаете, почему: 1) майор не имеет право носить форму полковника, 2) в западном обществе немодно подчеркивать принадлежность к элите, а в нашем – модно.
6. Ниже приведены варианты статусных наборов. В каждом случае вам надо решить, могут ли они принадлежать одному человеку. Дайте свои разъяснения:
  - директор коммерческого банка, научный сотрудник, полицейский, рабочий на промышленном предприятии;
  - 7. - председатель профкома, мужчина, милиционер, член общества филателистов, спортсмен-любитель, белорус.
8. Некоторые исследователи полагают, что мы помогаем другим, чтобы:
  - 1) улучшить наше собственное благополучие,
  - 2) повысить социальный статус и заслужить одобрение других,
  - 3) поддержать наш образ «я»
  - 4) справиться с собственным настроением и эмоциями.Какие еще цели помогающего поведения вы могли бы назвать? Каковы механизмы развития просоциального поведения?
9. Может ли агрессия быть конструктивной?

#### Задание 1.

##### Прокомментируйте высказывания:

1. «Можно дать другому разумный совет, но нельзя научить его разумному поведению». Ф. Ларошфуко.
2. «Поведение – это зеркало, в котором каждый показывает свой лик». И. Гёте

3. «Посейте поступок - пожнете привычку, посеите привычку - пожнете характер, посеите характер - и вы пожнете судьбу». У. Теккерей.
4. «Человек вырастает по мере того, как растут его цели». И. Шиллер.
5. «Воля - стремление к счастью». Л. Фейербах.
6. Не только для себя рождаемся мы на свет, но и наиболее – для служения общему благу. Ф. Скорина
7. Это слишком легко – присоединиться к большинству. Сенека

## **Задание 2.**

### **Дайте аргументированный ответ:**

1. Мода – это показатель нормы или отклонений от нее? Что люди имеют в виду, когда говорят о ненормальном поведении того или иного человека? Что может быть принято за норму в характере личности? Какие индивидуальные или групповые интересы, увлечения могут быть отнесены к нормальным? Почему? Что такое эксцентричность поведения?

2. Группа подростков из 7 класса систематически издеваются над четвероклассником, подстерегая его в разных местах, как в школе, так и дома.

Определите вид девиантного поведения в выше указанном случае. В чем причина данного поведения? Были ли в Вашей жизненной практике подобные случаи? Опишите их.

3. Подросток нюхает токсические вещества, постепенно привлекая к этому своих сверстников. Детям становится плохо. При этом они продолжают встречаться и заниматься данным занятием дальше (токсикомания – аутодеструктивное поведение).

Почему подростки, зная о вреде наркотического вещества, продолжают в группе употреблять его? Каковы социальные условия, способствующие наркотизации молодежи? В чем состоят психологические особенности подростков, упрощающие преступникам их вовлечение в среду потребителей наркотиков?

**Задание 3.** Придумайте различные способы манипулятивного общения, например: вам необходимо попасть на киносеанс, а вы забыли билет. Найдите подход к билетерше, если это:

- а) молодая симпатичная девушка;
- б) женщина средних лет, которая стремится выглядеть моложе;
- в) сурового вида старуха;
- г) пожилой мужчина интеллигентного вида.

## **Практическая часть**

### **Методика определения индивидуальных копинг-стратегий**

**Э. Хайма**

Цель: изучение индивидуального стиля совладения со стрессом.

Инструкция: Вам будет предложен ряд утверждений, касающихся особенностей вашего поведения.

Постарайтесь вспомнить, каким образом вы чаще всего разрешаете трудные и стрессовые ситуации высокого эмоционального напряжения. Обведите кружком тот номер, который вам подходит. В каждом разделе утверждений необходимо выбрать только один вариант, при помощи которого вы разрешаете свои трудности.

Отвечайте в соответствии с тем, как вы справляетесь с трудными ситуациями в последнее время. Не раздумывайте долго – важна ваша первая реакция. Будьте внимательны!

#### **Утверждения А**

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

#### **Утверждения Б**

1. «Я всегда глубоко возмущен несправедливостью судьбы ко мне и протестую».
2. «Я впадаю в отчаяние, я рыдаю и плачу».
3. «Я подавляю эмоции в себе».
4. «Я всегда уверен, что есть выход из трудной ситуации».
5. «Я доверяю преодолению своих трудностей другим людям, которые готовы мне помочь».
6. «Я впадаю в состояние безнадежности».
7. «Я считаю себя виноватым и получаю по заслугам».

8. Я впадаю в бешенство, становлюсь агрессивным».

#### **Утверждения В**

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

**Анализ результатов.** Используется преимущественно качественно-содержательный анализ ответов. В ключе каждое утверждение связано с определенной копинг-стратегией (реакция индивида на уровень дискомфорта и поиск ресурсов для устранения проблемы). Если опрашиваемый выбирает конкретное утверждение как наиболее привычное для себя, предполагается, что соответствующая копинг-стратегия будет для него типичной. Стратегии совладения со стрессом могут быть: продуктивными, относительно-продуктивными и непродуктивными.

Копинг-стратегии делятся на:

- когнитивные;
- эмоциональные;
- поведенческие

В ключе копинг-стратегии приведены в соответствии с утверждениями. В скобках обозначение:

П – продуктивная копинг-стратегия (помогает быстро и успешно совладать со стрессом),

О – относительно продуктивная (помогающая в некоторых ситуациях, например не очень значимых или при небольшом стрессе),

Н – непродуктивная стратегия (не устраняет стрессовое состояние, способствует его усилению).

#### **Ключ**

##### **А. Когнитивные копинг-стратегии**

1. Игнорирование - (О).
2. Смирение – (Н).
3. Диссимиляция – (О).
4. Сохранение самообладания – (О).
5. Проблемный анализ – (П).
6. Относительность – (О).
7. Религиозность – (О).
8. Растерянность – (Н).
9. Придача смысла – (О),
10. Установка собственной ценности – (О).

##### **Б. Эмоциональные копинг-стратегии:**

1. Протест - (О).
2. Эмоциональная разрядка – (Н).
3. Подавление эмоций – (Н).
4. Оптимизм – (П).
5. Пассивная кооперация – (О).
6. Покорность – (Н).
7. Самообвинение – (Н).
8. Агрессивность – (Н).

##### **В. Поведенческие копинг-стратегии**

1. Отвлечение – (О).
2. Альтруизм (О).
3. Активное избегание (Н).
4. Компенсация (О).
5. Конструктивная активность – (О).
6. Отступление – (Н).
7. Сотрудничество – (П).
8. Обращение – (О).

#### **Тест «Коммуникабельны ли вы?»**

**Инструкция испытуемому.** Ответьте на следующие вопросы, используя три варианта ответов: «да», «нет» или «иногда».

1. Вам предостит ординарная или деловая встреча. Выбывает ли вас ее ожидание из колен?

2. Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?
3. Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании или тому подобном мероприятии?
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-либо 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 вернуть 10 000 рублей, 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 станете вступать 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, кассе кинотеатра). Предпочтете ли вы отказаться от своего намерения купить (получить) что-либо?
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. Так ли это?
14. Услышав где-либо высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочтете 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. Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

**Обработка и анализ результатов.** Подсчитайте общее количество баллов, которое вы набрали. Варианты ответов оцениваются: «да» – 2 балла, «иногда» – 1 балл, «нет» – 0.

**30–32 балла.** Вы явно некоммуникабельны, и это ваша беда, так как страдаете от этого больше всего вы сами, но и близким вам людям нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь стать общительнее, контролируйте себя.

**25–29 баллов.** Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, и поэтому у вас, наверное, мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не повергает вас в панику, то надолго выводит из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой, но не ограничивайтесь только таким недовольством. В вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность?

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

**14–18 баллов.** 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 вы не любите шумных компаний, экстравагантные выходки и многословие вызывают у вас раздражение.

**9–13 баллов.** Вы весьма общительны (порой даже сверх меры), любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что нередко 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. Вам недостает усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, вы можете заставить себя не отступать.

**4–8 баллов.** Вы, должно быть, рубаха-парень. Общительность бьет из вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Любите принимать участие во всех дискуссиях и спорах, хотя серьезные темы могут вызвать у вас мигрень и даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем совершенно поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя далеко не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнением.

**3 балла и менее.** Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны в оценке собственного поведения. Серьезная работа не для вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – с вами трудно. Да, вам надо поработать над собой и своим характером. Прежде

всего, воспитывайте в себе терпение и сдержанность, уважительнее относитесь к людям, помните, что все мы не идеальны и вы в том числе.

### Опросник суицидального риска (модификация Т.Н. Разуваевой)

Цель: экспресс-диагностика суицидального риска; выявление уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства.

Инструкция: прочитайте утверждение, если Вы с ним согласны, то рядом с номером утверждения поставьте «+», в случае несогласия с утверждением поставьте «-».

1. Вы все чувствуете острее, чем большинство людей.
2. Вас часто одолевают мрачные мысли.
3. Теперь Вы уже не надеетесь добиться желаемого положения в жизни.
4. В случае неудачи Вам трудно начать новое дело.
5. Вам определенно не везет в жизни.
6. Учиться Вам стало труднее, чем раньше.
7. Большинство людей довольны жизнью больше, чем Вы.
8. Вы считаете, что смерть является искуплением грехов.
9. Только зрелый человек может принять решение уйти из жизни.
10. Временами у Вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
11. Обычно Вы осторожны с людьми, которые относятся к Вам дружелюбнее, чем Вы ожидали.
12. Вы считаете себя обреченным человеком.
13. Мало кто искренне пытается помочь другим, если это связано с неудобствами.
14. У Вас такое впечатление, что Вас никто не понимает.
15. Человек, который вводит других в соблазн, оставляя без присмотра ценное имущество, виноват примерно столько же, сколько и тот, кто это имущество похищает.
16. В Вашей жизни не было таких неудач, когда казалось, что все кончено.
17. Обычно Вы удовлетворены своей судьбой.
18. Вы считаете, что всегда нужно вовремя поставить точку.
19. В Вашей жизни есть люди, привязанность к которым может очень повлиять на Ваши решения и даже изменить их.
20. Когда Вас обижают, Вы стремитесь во что бы то ни стало доказать обидчику, что он поступил несправедливо.
21. Часто Вы так переживаете, что это мешает Вам говорить.
22. Вам часто кажется, что обстоятельства, в которых Вы оказались, отличаются особой несправедливостью.
23. Иногда Вам кажется, что Вы вдруг сделали что-то скверное или даже хуже.
24. Будущее представляется Вам довольно беспросветным.
25. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.
26. Будущее слишком расплывчато, чтобы строить серьезные планы.
27. Мало кому в жизни пришлось испытать то, что пережили недавно Вы.
28. Вы склонны так остро переживать неприятности, что не можете выкинуть мысли об этом из головы.
29. Часто Вы действуете необдуманно, повинуясь первому порыву.

Обработка результатов

По каждому субшкальному диагностическому концепту подсчитывается сумма положительных ответов. Полученный балл уравнивается в значениях с учетом индекса (см. Таблицу №1). Делается вывод об уровне сформированности суицидальных намерений и конкретных факторах

Субшкальный диагностический коэффициент	Номера суждений	Индекс
Демонстративность	12, 14, 20, 22, 27	1,2
Аффективность	1, 10, 20, 23, 28, 29	1, 1
Уникальность	1, 12, 14, 22, 27	1,2
Несостоятельность	2, 3, 6, 7, 17 1, 5	1,5
Социальный пессимизм	5, 11, 13, 15, 17, 22, 25	1
Слом культурных барьеров	8, 9, 18	2,3

Максимализм	4, 16	3,2
Временная перспектива	2, 3, 12, 24, 26, 27	1,1
Антисуицидальный фактор	19, 21	3,2

1. **Демонстративность.** Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оцениваемое из внешней позиции порой как «шантаж», «истероидное выпячивание трудностей», демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как «крик о помощи». Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной ригидностью, когда «диалог с миром» может зайти слишком далеко.

2. **Аффективность.** Доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно эмоционально. В крайнем варианте – аффективная блокада интеллекта.

3. **Уникальность.** Восприятие себя, ситуации, и, возможно, собственной жизни в целом как явления исключительного, не похожего на другие, и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности, суицид. Тесно связана с феноменом «непроницаемости» для опыта, т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой жизненный опыт.

4. **Несостоятельность.** Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, «выключенности» из мира. Данная субшкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельностью. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал. Формула внешнего монолога – «Я плох».

5. **Социальный пессимизм.** Отрицательная концепция окружающего мира. Восприятие мира как враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружающими. Социальный пессимизм тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибуции. В отсутствие Я наблюдается экстрапунитивность по формуле внутреннего монолога «Вы все недостойны меня».

6. **Слом культурных барьеров.** Культ самоубийства. Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение или даже делающих его в какой-то мере привлекательным. Заимствование суицидальных моделей поведения из литературы и кино. В крайнем варианте - инверсия ценности смерти и жизни. В отсутствие выраженных пиков по другим шкалам это может говорить только об «экзистенции смерти». Одна из возможных внутренних причин культа смерти – доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самодеятельность: «Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования».

7. **Максимализм.** Инфантильный максимализм ценностных установок. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере. Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах.

8. **Временная перспектива.** Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы в глобальный страх неудач и поражений в будущем.

9. **Атисуицидальный фактор.** Даже при высокой выраженности всех остальных факторов есть фактор, который снимает глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга. Это представление о греховности самоубийства, антиэстетичности его, боязнь боли и физических страданий. В определенном смысле это показатель наличного уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

### Опросник Р. Кэттела

Данный тест является модифицированным упрощенным вариантом 16-факторного опросника, разработанного американским психологом Раймондом Бернаром Кэттелом и предназначенного для выявления обобщенных исходных черт личности – факторов, входящих в ее структуру и являющихся причинами выступающих на поверхность реакций человека.

**Инструкция.** Вам предлагается выбрать один из вариантов ответа на каждый вопрос («а», «б», «в»). Читая вопросы, долго над ними не задумывайтесь, старайтесь представить всю ситуацию в целом и оценить, насколько она для вас типична. Помните, что нет «неправильных» или «правильных» ответов – каждый человек имеет право на собственное мнение.

1. Я вполне мог бы жить один, вдали от людей:

- а) да;
- б) иногда;
- в) нет.

2. Иногда я неважно себя чувствую без особой причины:

- а) да;

- б) не знаю;
  - в) нет.
3. Читая о каком-либо происшествии, я интересуюсь всеми подробностями:
- а) да;
  - б) иногда;
  - в) редко.
4. Когда друзья подшучивают надо мной, я обычно смеюсь вместе с ними и совсем не обижаюсь:
- а) верно;
  - б) не знаю;
  - в) неверно.
5. То, что в некоторой степени отвлекает мое внимание:
- а) раздражает меня;
  - б) нечто среднее;
  - в) не беспокоит меня совершенно.
6. Мне нравится друг:
- а) интересы которого имеют деловой и практический характер;
  - б) не знаю;
  - в) который отличается глубоко продуманными взглядами на жизнь.
7. На предприятии мне было интереснее:
- а) работать с машинами и механизмами и участвовать в основном производстве;
  - б) трудно сказать;
  - в) беседовать с людьми, заниматься общественной работой.
8. У меня всегда хватает энергии, когда мне это необходимо:
- а) да;
  - б) трудно сказать;
  - в) нет.
9. Я скорее раскрыл бы свои сокровенные мысли:
- а) моим хорошим друзьям;
  - б) не знаю;
  - в) в своем дневнике.
10. Я могу спокойно слушать, как другие люди высказывают идеи, противоположные тем, в которые я твердо верю:
- а) верно;
  - б) затрудняюсь ответить;
  - в) неверно.
11. Я настолько осторожен и практичен, что со мной случается меньше неожиданностей, чем с другими людьми:
- а) да;
  - б) трудно сказать;
  - в) нет.
12. Я думаю, что говорю неправду реже, чем большинство людей:
- а) верно;
  - б) затрудняюсь ответить;
  - в) неверно.
13. Я предпочел бы скорее работать:
- а) в учреждении, где мне пришлось бы руководить людьми и быть среди них;
  - б) затрудняюсь ответить;
  - в) архитектором.
14. То, что я делаю, у меня не получается:
- а) редко;
  - б) нечто среднее;
  - в) часто.
15. Даже если мне говорят, что мои идеи неосуществимы, это меня не останавливает:
- а) верно;
  - б) не знаю;
  - в) неверно.
16. Я стараюсь смеяться над шутками не так громко, как это делает большинство людей:
- а) верно;
  - б) не знаю;
  - в) неверно.
17. Усилия, затраченные на составление планов:
- а) никогда не лишние;
  - б) трудно сказать;

- в) не стоят этого.
18. Мне больше нравится работать с людьми изысканными, утонченными, чем с людьми откровенными и прямолинейными:
- а) да;
  - б) не знаю;
  - в) нет.
19. Мне приятно сделать человеку одолжение, согласившись назначить встречу с ним на время, удобное для него, даже если это немного неудобно для меня:
- а) да;
  - б) иногда;
  - в) нет.
20. Когда ложусь спать, я:
- а) засыпаю быстро;
  - б) нечто среднее;
  - в) засыпаю с трудом.
21. Работая в магазине, я хотел бы:
- а) оформлять витрины;
  - б) не знаю;
  - в) быть кассиром.
22. Я предпочитаю:
- а) вопросы, касающиеся меня, решать сам;
  - б) затрудняюсь ответить;
  - в) советуясь со своими друзьями.
23. Аккуратные, требовательные люди не уживаются со мной:
- а) верно;
  - б) иногда;
  - в) неверно.
24. Если люди обо мне плохо думают, то я не стараюсь их переубедить, а продолжаю поступать по-своему:
- а) да;
  - б) трудно сказать;
  - в) нет.
25. Бывает, что я все утро не хочу ни с кем разговаривать: а) часто; б) иногда; в) никогда.
26. Мне бывает скучно:
- а) часто;
  - б) иногда;
  - в) никогда.
27. Я думаю, что даже самые драматические события через год уже не оставят в моей душе никаких следов:
- а) да;
  - б) трудно сказать;
  - в) неверно.
28. Я думаю, что интереснее быть:
- а) ботаником и работать с растениями;
  - б) не знаю;
  - в) страховым агентом.
29. Когда вопрос, который надо решить, очень труден и требует от меня много усилий, я стараюсь:
- а) заняться другим вопросом;
  - б) затрудняюсь ответить;
  - в) еще раз попытаюсь решить этот вопрос.
30. Ночью мне снятся фантастические или нелепые сны: а) да; б) иногда; в) нет.

Данный тест не может полностью дать представление о вашем характере и не претендует на абсолютную достоверность. Однако он позволяет узнать некоторые черты: общительность, эмоциональную устойчивость, добросовестность, дисциплинированность.

#### **Обработка данных.**

Ответ «б» всегда оценивается в 1 балл.

С 1-го по 7-й и с 23-го по 30-й вопросы:

«а» – приносит 0 баллов;

«в» – 2 балла.

С 8-го по 22-й вопросы:

«а» – 2 балла;

«в» – 0 баллов.

**Ключ к тесту и оценка результатов**

1. Сумма баллов, полученных при ответах на вопросы **1, 7, 9, 13, 19, 25** говорит о вашей общительности или замкнутости. Если сумма баллов не превысит **8**, то вы, скорее всего, не очень нуждаетесь в обществе других и по натуре, как говорят, не контактны. Вполне возможно, что вы скептически относитесь к знакомым и довольно строго судите других. А это, как известно, ограничивает круг близких друзей, с которыми легко быть откровенным.

Если же сумма баллов выше **8**, то вы общительны и добродушны, открыты и сердечны. Вам свойственны естественность и непринужденность в поведении, внимательность и мягкосердечность по отношению к людям. Вы не очень боитесь критики. Выбирая специальность, на это следует обратить внимание, вам можно рекомендовать профессию типа «человек – человек», требующую постоянного общения с людьми, коллективных действий.

2. Сумма баллов, полученная при ответах на вопросы **2,5,8,14,20, 26**, говорит о вашей эмоциональной устойчивости или неустойчивости.

Если сумма меньше **7**, вы, скорее всего, подвержены чувствам и склонны к быстрой смене настроения. Высокие оценки свойственны людям выдержанным, спокойным, чей взгляд на вещи более реалистичен.

3. Если сумма, полученная при ответах на вопросы **3, 6,15, 18, 21, 27** меньше **7**, вы человек практичный и добросовестный, легко следуете общепринятым нормам, правилам поведения. Хотя, быть может, вам свойственна некоторая ограниченность, «заземленность», излишняя внимательность к мелочам. При высоких оценках – у вас богатое воображение и, как следствие, высокий творческий потенциал. Старайтесь все же не «витать в облаках». Это часто приводит к житейским неудачам.

4. Если сумма баллов при ответах на вопросы **4,10, 16, 22, 24 и 28** превышает **5** вам, вероятно, свойственны расчетливость и осмотрительность. Вы достаточно проникательны, умеете разумно и «без сантиментов» оценивать события и окружающих людей. При низких оценках, вполне возможно, вам свойственны прямолинейность, естественность и непосредственность в поведении.

5. При сумме ответов на вопросы **11, 12, 17, 23, 29 и 30** меньше **6**, у вас, похоже, не всегда хорошо обстоят дела с самоконтролем и с дисциплиной. Обычно таким людям, как говорят психологи, присуща внутренняя конфликтность. При оценке выше **6** баллов вы, наверное, целеустремленный человек, хорошо контролируете свои эмоции и поведение, для вас не представляет особого труда придерживаться общепринятых правил.

### Вопросы для контроля знаний

1. Дайте определение понятию «социальное поведение».
2. Что выступает субъектом социального поведения?
3. Какие понятия включает в себя структура социального поведения?
4. Назовите виды социального поведения.
5. По каким признакам классифицируется социальное поведение?

### Тест для контроля знаний

#### 1. Специфика межличностных отношений:

- а) складываются на основе определенных чувств;
- б) взаимодействие происходит с учетом индивидуальных психологических особенностей личности;
- в) носят безличный характер;

#### 2. Социальная девиация определяется как ...

- а) отклонение от общепринятых поведенческих норм, вызывающее негативную реакцию со стороны окружающих
- б) строгое соблюдение религиозных обрядов
- в) следование определенным этическим принципам

#### 3. Сопереживание, вчувствование, стремление эмоционально откликнуться на проблемы другого человека, называется:

- а) идентификацией;
- б) эмпатией;
- в) экстраверсией.

#### 4. Двусторонний процесс, включающий в себя, с одной стороны, усвоение индивидом социального опыта путем вхождения в социальную среду, с другой стороны, процесс активного воспроизводства индивидом системы социальных связей за счет его активной деятельности – это:

- а) развитие;
- б) образование;
- в) социализация

#### 5. Функция, нормативно одобренный образец поведения, ожидаемая от каждого, занимающего данную позицию – это:

- а) статус;

- б) социальная роль;
- в) позиция.

**6. Заражение, внушение, подражание – это:**

- а) способы регуляции;
- б) способы воздействия;
- в) способы исследования.

**7. Физическое и вербальное поведение, направленное на причинение вреда кому-либо, это:**

- а) злость;
- б) зависть;
- в) агрессия.

**8. Мотив оказания кому-либо помощи, не связанный сознательно с собственными эгоистическими интересами, называется:**

- а) карьеризм;
- б) альтруизм;
- в) эгоизм.

**9. Среди стихийных групп в социальной психологии выделяют:**

- а) этнос;
- б) толпу;
- в) класс.

**10. Как соотносятся социальные нормы и отклоняющееся поведение?**

- а) девиантное поведение противоречит общепринятым нормам
- б) в разных социумах одно и то же поведение может считаться отклоняющимся или нормальным
- в) в разные периоды времени одно и то же поведение может считаться отклоняющимся или нормальным
- г) все ответы правильны.

**11. Какие виды девиантного поведения могут быть свойственны детям и подросткам?**

- а) бродяжничество
- б) оскорбление
- в) токсикомания
- г) правильны все ответы

**12. Совокупность определенных психологических качеств, личностных черт, благодаря которым человек становится лидером, называется (дословный перевод – «благодать»):**

- а) популярность;
- б) либидо;
- в) харизма.

**13. Уподобление, отождествление с чем-либо или с кем-либо, называется:**

- а) креативность;
- б) идентификация;
- в) научение.

**14. Коммуникация – это:**

- а) обмен информацией между общающимися индивидами;
- б) организация взаимодействия между общающимися индивидами;
- в) процесс восприятия и познания друг друга партнерами по общению.

**15. Система сложившихся взглядов на окружающий мир и свое место в нем называется:**

- а) влиянием;
- б) мировоззрением;
- в) личностным смыслом.