

**Контрольные вопросы для самостоятельной подготовки
по теме семинарского занятия № 2 «Использование различных видов
тренинга с целью личностного роста»
(выполняется после изучения темы № 8)**

1. Понятия личностного потенциала и личностного роста.
2. Интраперсональные критерии личностного роста.
3. Интерперсональные критерии личностного роста.
4. Виды тренинга с целью личностного роста.
5. Специфические черты и принципы тренинга личностного роста.
6. Возможности драматерапии, арттерапии в тренинге личностного роста.
7. Особенности деятельности ведущего тренинга личностного роста.
8. Этические аспекты деятельности ведущего психологического тренинга.

Тестовые задания к семинарскому занятию № 2

1. Ассертивность - это
 - А) способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других
 - В) прямое, открытое поведение, не имеющее целью причинить вред другим людям
 - С) все ответы верны
2. Программы социально-психологического тренинга, нацеленные на развитие и упрочение ассертивности руководствуются принципом
 - А) развития способности человека быть твердым, честным и дружелюбным
 - В) развития креативности личности
 - С) все ответы верны
3. Астенические эмоции -
 - А) окрашенные отрицательным эмоциональным тоном чувства подавленности, уныния, печали, пассивного страха и т. п.
 - В) мобилизирующие личность эмоции
 - С) нет верных ответов

4. Аффилиация -

- А) потребность (мотивация) в общении, в эмоциональных контактах, дружбе, любви.
- В) проявляется в стремлении иметь друзей, взаимодействовать с окружающими, оказывать помощь, поддержку и принимать их от него.
- С) все ответы верны

5. Видеотренинг –

- А) использование видеоматериалов в коммерческих целях
- В) использование видеоматериалов, отражающих поведение тренера в психотерапевтических или в тренинговых группах.
- С) нет верных ответов

6. В психоанализе творческому проявлению личности способствует:

- А) проекция;
- В) инверсия;
- С) сублимация.

7. Автор-основатель клиент-центрированной (человеко-центрированной) психотерапии:

- А) А.Фрейд;
- В) К.Роджерс;
- С) Н.Роджерс.

8. Метод психодрамы был разработан:

- А) Дж.Морено;
- В) В.Сатир;
- С) Ф.Перлз.

9. Психодрама (англ. psychodrama) –

- А) направление групповой психотерапии, использующее в качестве основных техники терапии творчеством
- В) направление групповой психотерапии, использующее в качестве основной техники сценическую форму действия. Основоположником психодрамы был Я. Морено (Moreno)
- С) все ответы верны

10. Один из основных методов СПТ, представляющий собой обмен мнениями между членами группы, в ходе которого создаются условия для рефлексии личностью своих внутренних противоречий, являющихся причинами неэффективного общения, -это

- А) аутотренинг
- В) психодрама
- С) кинезитерапия

D) групповая дискуссия

11. Опорой для разработки теории и практики различных тренировочных методов Т-групп послужила

- A) психодрама
- B) ролевая игра
- C) гештальт-терапия
- D) групповая дискуссия

12. Организованное взаимодействие участников тренинговой группы, в котором поведение каждого из них структурировано конкретными социальными предписаниями, - это

- A) ролевая игра
- B) сказкотерапия
- C) психодрама
- D) поведенческое научение

13. Особая форма взаимодействия между обучаемыми, при которой сама группа становится моделью того или иного социально-психологического явления, характеризует _____ СПТ

- A) психологический механизм
- B) тенденцию
- C) правила
- D) закономерность

14. окружающими людьми, и выяснение, как другие люди знают и понимают его личностные особенности, - это социально-психологическая

- A) самооценка
- B) идентификация
- C) социальная перцепция
- D) рефлексия

15. Отражение отношения участников занятий к словам и игровому поведению человека посредством безоценочных суждений, презентаций собственных взглядов и моделей действий в игровых ситуациях - это

- A) эмпатия
- B) жестовая речь
- C) эффект «зеркала»
- D) обратная связь

16. Погружение в повествование и личные воспоминания во время социально-психологического тренинга

- A) не влияют на эффективность процесса
- B) нежелательны

- C) приветствуются
- D) запрещаются

17. Положение людей в системе социальных связей и отношений, с которым связаны их определенные права и обязанности, не зависящие от их индивидуальных личностных свойств, - это социальная

- A) позиция
- B) роль
- C) перцепция
- D) установка

18. постижение эмоционального состояния, проникновение, вчувствование в переживания другого человека - это

- A) эмпатия
- B) аутентичность
- C) социальная перцепция
- D) сензитивность

19. Совокупность методов организации внутригруппового взаимодействия в целях развития коммуникативной компетенции личности и совершенствования групповых отношений, - это

- A) психолого-педагогический тренинг
- B) социально-психологический тренинг общения
- C) тренинг коммуникативной компетентности
- D) профессиональный тренинг психолога

20. Совокупность приемов, позволяющих обнаружить рассогласование вербального и невербального поведения партнера по общению, стратегий конструирования информации - это техника

- A) выявления неискренности партнера
- B) установления конгруэнтности
- C) определения аутентичности
- D) развития социальной перцепции

21. Способность выявлять и оценивать ролевые ожидания окружающих, строить процесс взаимодействия с учетом этих ожиданий, собственных целей и самооценки, - это

- A) социальная перцепция
- B) коммуникативная компетентность
- C) ролевые поведенческие навыки
- D) сензитивность