**3 тур (11 класс)**

**I . Перечислите отрасли современной психологии.**

Психология это наука, которая постоянно развивается. Практически каждый год появляются новые отрасли современной психологии. В настоящий момент известно более 100 самостоятельных разделов психологии. Большинство из них появились на волне повышенного интереса, и не имеют научной ценности.

Отрасли современной психологии:

|  |  |
| --- | --- |
| Психология | |
| Фундаментальная  психология | Прикладная (практическая)  психология |
| отрасли | |
| 1. Общая психология: 2. Когнитивная психология 3. Психология личности 4. Психогенетика 5. Психофизика 6. Психофизиология 7. Психосемантика 8. Патопсихология 9. Нейропсихология 10. Психометрика 11. Экспериментальная психология 12. Дифференциальная психология 13. Психология развития   Филогенез:   1. Зоопсихология 2. Сравнительная психология   Онтогенез:   1. Возрастная психология 2. Социальная психология 3. Этнопсихология | 1. Педагогическая психология 2. Психология труда 3. Клиническая психология 4. Кросс-культурная психология 5. Судебная психология 6. Психология здоровья 7. Психология отношений 8. Военная психология 9. Юридическая психология 10. Космическая психология 11. Авиационная психология 12. Инженерная психология 13. Психология рекламы 14. Психология спорта 15. Психология культуры 16. Психология торговли 17. Медицинская психология 18. Политическая психология 19. Экономическая психология 20. Психология управления 21. Психология религии и т.д. |

**II. Ответы на вопросы:**

**Задание 1**

В психологии под ценностными ориентациями понимается:

**Ответ: отражение в сознании человека стратегических жизненных целей и общих мировоззренческих ориентиров (А.Н. Леонтьев, 1978);**

- особое отношение между поступками человека (людей, институтов), намерениями, а также оценками этих действий другими людьми или обществом;

- побуждение к действию; динамический процесс психофизиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость;

- способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

**Задание 2**

Прочитайте внимательно притчу и ответьте на вопрос:

*«Однажды, по пути домой, Мудрец повстречался с человеком, который куда-то настолько сильно спешил, что, обгоняя по пути Мудреца, случайно задел его плечом. Тот в свою очередь спокойно и вежливо обратился к нему с вопросом:  
— Скажи, почтенный человек, куда это ты так спешишь, что ничего не замечаешь на своём пути?  
— Прошу прощения,— сказал человек, не сбавляя шагу,— спешу я потому, что занят поиском смысла жизни и не имею права медлить.  
— Что ж,— промолвил Учитель,— я слышал об одном человеке, который искал всю свою жизнь этот смысл.  
— Надеюсь, истина открылась ему? — полюбопытствовал нетерпеливый попутчик.  
— Да, он умер просветлённым, успев рассказать тем, кто был рядом то, что понял лишь умирая,— ответил Мудрец.  
— И что же он сказал?  
— Он сказал, что смысл жизни это…   
— Что ж спасибо тебе за беседу,— сказал человек и почти бегом продолжил свой путь.  
Мудрец закончил свою мысль, но его слова прозвучали в пустоту. Случайный попутчик был уже слишком далеко. Он спешил так, что не дослушал».*

Как вы думаете, какие слова Мудреца не дослушал спешащий человек:

*- потому, что она скрывала свою зависть к другим цветам и деревьям;*

*- потому, что всегда нужно стремиться быть самим собой;*

*- потому, что она очень высокого о себе мнения;*

*- потому, что она считает себя красивее всех.*

**Ответ: Из предложенных фраз, к сожалению, не могу выбрать ни одной, т.к. все они по смыслу отличаются от притчи. Интересуюсь притчами, случилось прочитать и эту. Правильное окончание должно звучать примерно так: «…смысл жизни — это  выбор… Выбор, либо жить, либо всю жизнь потратить на поиски этого самого смысла».**

**Задание 3.**

К какому возрастному периоду относятся границы возраста 18-23 года?

- подростковый возраст;

- зрелый возраст;

- молодость;

**Ответ: юность**.

**Задание 4**

Под личной идентичностью российский социолог и философ И. С. Кон понимает:

- единство и преемственность физиологических и психических процессов и структуры организма;

- сознательно вырабатываемую позицию в критических жизненных обстоятельствах, которые невозможно изменить;

**Ответ: единство и преемственность жизнедеятельности, целей, мотивов, смысложизненных установок личности, осознающей себя как «самость»;**

- систему свойств, благодаря которым особь становится социальным индивидом, членом определенного общества или группы.

**Задание 5**

Вставьте пропущенное понятие: «…это – переживание повышенной субъективной значимости предмета, действия или события, оказавшихся в поле действия ведущего мотива»:

**Ответ: личностный смысл;**

- мотивы и потребности;

- эмоциональная сфера;

- общественное сознание.

**Задание 6**

Одним из важнейших новообразований интеллектуальной сферы в юношеском возрасте становится развитие:

**Ответ: теоретического мышления;**

- наглядно-действенного мышления;

- наглядно-образного мышления;

- воображения.

**Задание 7**

Для кризиса 17 лет характерны:

- резкое повышение интереса к своей внешности, острое переживание всех ее недостатков, действительных или мнимых;

**Ответ: максимализм в оценках, страстность в отстаивании своей точки зрения;**

- открытие значения новой социальной позиции – позиции школьника, связанной с выполнением высоко ценимой взрослыми учебной работы;

- негативная реакция не на само действие, которое ребенок отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого.

**Задание 8**

Типичными особенностями самооценки в юношеском возрасте является:

**Ответ: ее относительная устойчивость и адекватность;**

- заниженная самооценка;

- завышенная самооценка;

- «плавающая» самооценка

**III.Сформулируйте рекомендации для решения проблемы:**

**«Как справиться с влюбленностью?»**

Влюбленность, подобно урагану, врывается в нашу жизнь сквозь плотно закрытые окна, не оставляя шанса на прежнее спокойное и размеренное существование.

Ситуации бывают разные, для кого-то влюбленность – это, как глоток свежего морского воздуха, спасательный круг на бескрайних водах скуки, серости и безысходности. Но для кого-то влюбленность становится настоящим кошмаром, разрушающим жизнь, прежние убеждения и моральные принципы.

Ты чувствуешь, что полностью лишилась сна, потеряла аппетит и не можешь нормально заниматься привычными делами? Все твои радости заключаются лишь в «его» глазах, улыбке или мимолетной фразе? За несколько минут «его» внимания ты готова отдать все? Даже, если он незнакомец с обложки журнала или очень известный и недосягаемый человек.

Взгляни на ситуацию со стороны, осмысли её логически. Постарайся оценить все плюсы и минусы своего состояния. Если ты понимаешь, что чувство влюбленности не приводит ни к чему хорошему, а, зачастую, грозит неприятными последствиями: «провисание» учёбы, ухудшение здоровья, потеря душевного равновесия и так далее. Если ты ощущаешь, что нечто подобное случилось и с тобой, то нелишним будет узнать, как можно избавиться от сильного чувства влюбленности.

Народная мудрость твердит о том, что, дескать, насильно милым не станешь. А значит, от пресловутой влюбленности (а в том, что это именно влюблённость, а не любовь, можете даже не сомневаться) надо как-то избавляться. Как от занозы.

Для начала следует понять, что влюбленность и чувство любви – два понятия, которые, хоть и имеют сходные черты, но все-таки кардинально отличаются друг от друга**.** Ни один ученый мира так и не сумел дать точного определения этим двум чувствам, но все-таки существует ряд общих критериев, которые позволяют разграничить влюбленность и любовь.

Влюбленность – насыщенное, яркое и волнующее чувство, которое, увы и ах, имеет непродолжительный срок существования, и заканчивается также внезапно, как и зарождается. К сожалению, чувство окрыляющего счастья – не всегда главный спутник влюбленности, зачастую оно сопровождается страданиями, прогрессирующей ревностью, постоянным чувством тоски по объекту воздыхания, а в случае безответных чувств – ощущением собственной неполноценности. Как утверждают специалисты, влюбленность – это, своего рода, заболевание, вот только в качестве возбудителя выступают не вирусы, а мимолетные впечатления от увиденного или услышанного. Она может возникнуть от улыбки, единичного поступка или взгляда, и человеку становится неважным, что объект воздыхания представляет собой на самом деле.

Любовь – это то, что зачастую наступает после влюбленности, но далеко не всегда, более крепкое и основательное чувство, менее интенсивное и опьяняющее, однако, дающее прочную основу для длительной совместной и счастливой жизни. Принципиальное отличие влюбленного человека от любящего заключается в его сознании: последний знает и принимает недостатки своей половины, а влюбленный – не видит недостатков вовсе.

Следующий этап заключается в понимании того, что объект влюбленности не испытывает к вам никаких чувств. Нужно принять ситуацию как есть, перестав обманывать себя сказками типа: «Он тоже что-то чувствует, но боится (стесняется, осторожничает) сказать или дать понять о своих чувствах». Просто примите это – и моментально станет легче.

Попытайтесь критически оценить объект своего обожания. Возьмите лист бумаги и попытайтесь непредвзято взглянуть на объект своей влюбленности. Выпишите последовательно все его качества, не давая им оценки. В этот миг вы наверняка поймете, насколько идеализировали своего избранника. Вполне возможно, что негативных качеств в нем окажется намного больше, чем положительных. Влюбленность, более не подпитываемая иллюзиями, начнет постепенно сходить на нет.

Загляните в будущее. Представьте, как будут развиваться ваши отношения через неделю, месяц, год. Если вы не видите в будущем положительных моментов, срочно избавьтесь от влюбленности.

Чтобы разложить мысли по полочкам, ведите правильный образ жизни. У вас должны быть обязанности, ответственность, увлечения. Вполне возможно, что в голове больше не останется места для романтических фантазий. Старайтесь бороться со всеми проявлениями влюблённости: не читайте романы, не смотрите слезливые сериалы, не слушайте грустную музыку.

Далее попытайтесь изолировать себя от его общества, постарайтесь не пересекаться. Не бередите свежие раны. Не пытайтесь у общих друзей выведать, как он живет, чем дышит и что делает.   
Перестаньте жить его жизнью и начните жить своей.

Заведите домашнее животное, придумайте себе хобби, которое дарит позитивные эмоции. В конце концов, начните  писать стихи, картины или душещипательные эссе. Говорят, некоторые знаменитые поэты не могли творить, не будучи влюбленными (часто безответно).

Смените круг общения – попробуйте найти себя там, где до этого никогда не искали.Все то время, что вы привыкли проводить, воздыхая по своей «любви», важно заполнить чем-то новым и увлекательным: пусть это будет спорт, йога или парные танцы, кто знает, возможно, это ваше призвание.

Как известно, лучшее лекарство – это перемены, поэтому чтобы справиться с тем или иным душевным состоянием, нужно сменить внешние обстоятельства. Так, влюбленная девушка может избавиться от навязчивого чувства, прибегнув к кардинальной смене имиджа (прически, гардероба и так далее). Неплохой вариант – отправиться в длительное путешествие, если есть такая возможность, задержитесь в том месте, где вам больше всего нравилось, сделайте себе установку каждый день узнавать что-нибудь новое. Если у вас нет возможности путешествовать, постарайтесь исследовать свой город в поисках новых маршрутов и мест для прогулок. Смените обстановку либо внесите изменения в быт (например, можно сделать перестановку мебели или научиться готовить новые блюда).

В зависимости от глубины переживания и степени ранимости личности, полезным может оказаться визит к хорошему психологу. Если же такового не нашлось, то обязательно поделитесь своими переживаниями с кем-то из близких, пусть это будет тот, кому вы больше всего доверяете. Откровенный разговор с другом, родственником или психологом - это лучшее лекарство от влюблённости. Подробно рассказав свою историю, вы, скорее всего, сами придете к выводу, что чувство идет вам во вред.

Так, вы и сами того не заметите, как ваша жизнь наполнится новыми красками, а место старой влюбленности заполнит любовь к окружающему миру, новые увлечения и, возможно, настоящие и крепкие чувства, которые, в этот раз, уже будут уместными. Открывайте новые горизонты!