**Оценочные материалы, применяемые при проведении промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

«Практикум по самоорганизации»

**Инструкция для выполнения заданий закрытого типа:**

- на выполнение теста обучающемуся дается 20 минут;

- каждый обучающийся решает 10 тестовых заданий, выбранных из базы тестовых заданий;

- при ответе на каждое задание обучающийся должен выбрать один или все правильные ответы, согласно указанию, перед каждым тестовым заданием;

- тестирование может проводиться с использованием тестов на бумажном носителе;

- критерии оценивания: зачтено – 5 и более правильных ответов, не зачтено – 4 и менее правильных ответов.

**Инструкция для выполнения заданий открытого типа:**

- каждому обучающемуся выдается два задания открытого типа на бумажном носителе;

- время на подготовку развернутого ответа на полученные задания – 15-20 минут;

- развернутый ответ по каждому заданию обучающийся озвучивает преподавателю в процессе своего ответа;

- критерии оценивания:

«зачтено» - обучающийся глубоко и прочно усвоил материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически его излагает, не затрудняется с ответами, или обучающийся хорошо знает материал, грамотно и по существу его излагает, не допускает существенных неточностей в ответе на вопросы, может правильно применять теоретические положения, или обучающийся усвоил основной материал, но допускает неточности и испытывает затруднения в выполнении заданий;

«не зачтено» - обучающийся не показал знания по изучаемому материалу.

**Семестр изучения:** 2

**Компетенция:** УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

**Знает:** теоретико-методологическую основу саморазвития и самореализации в личной и профессиональной деятельности

**Умеет:** критически оценивать эффективность использования времени и иных ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно поставленного результата

Перечень заданий закрытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Что такое время для человека в повседневной жизни: (Выберите единственный верный ответ)  а) неограниченный ресурс  б) ограниченный ресурс  в) ресурс, ограниченный только возможностями его обладателя  г) не является ресурсом |
| 2. С точки зрения тайм-менеджмента, какой тип темперамента является наилучшим для реализации практик тайм-менеджмента: (Выберите единственный верный ответ)  а) меланхолик  б) холерик  в) сангвиник  г) флегматик |
| 3. Одно из ключевых направлений тайм-менеджмента XXI века говорит о том, что для качественной и здоровой жизни человеку важно в этой самой важной жизни соблюдать баланс между двумя элементами. Что это за два элемента? (Выберите единственный верный ответ)  а) работа и отдых  б) отдых и личная жизнь  в) семья и друзья  г) работа и личная жизнь |
| 4. Что важно делать во время отдыха от работы, особенно если работа связана с большим количеством общения с другими людьми в разных социальных сетях и мессенджерах? (Выберите единственный верный ответ)  а) забывать о работе  б) оставлять телефон на работе  в) отключать уведомления  г) спать |
| 5. Основное направление деятельности, которому учит тайм-менеджмент: (Выберите единственный верный ответ)  а) планирование  б) координирование  в) контроль  г) развитие |
| 6. В чем в тайм-менеджменте проявляется стратегичность управления временем? (Выберите единственный верный ответ)  а) только в реактивности  б) только в проактивности  в) и в реактивности, и в проактивности  г) стратегичность управления временем отсутствует |
| 7. Какой задачей является сон с точки зрения тайм-менеджмента? (Выберите единственный верный ответ)  а) обязательная рутинная задача, связанная с поддержанием жизнедеятельности  б) поглотитель времени  в) обязательная рутинная задача, связанная с поддержанием качества жизни  г) важная задача |
| 8. Какой задачей является поддержание качества дома? (Выберите единственный верный ответ)  а) обязательная рутинная задача, связанная с поддержанием жизнедеятельности  б) поглотитель времени  в) обязательная рутинная задача, связанная с поддержанием качества жизни  г) важная задача |
| 9. Временные затраты на обязательные рутинные задачи, связанные с поддержанием жизнедеятельности... (Выберите единственный верный ответ)  а) можно сокращать  б) нельзя сокращать  в) нужно сокращать  г) невозможно сокращать |
| 10. Временные затраты на обязательные рутинные задачи, связанные с поддержанием качества жизни... (Выберите единственный верный ответ)  а) можно сокращать  б) нельзя сокращать  в) нужно сокращать  г) невозможно сокращать |
| 11. Когда выполнение важных задач начнёт занимать у вас всё меньше и меньше времени... (Выберите единственный верный ответ)  а) вы станете жертвой хронофагов  б) вы выйдете на новый уровень личной эффективности  в) вы понизите свою личную эффективность  г) вы сможете уделять требуемое внимание поглотителям времени |
| 12. Какого синдром в тайм-менеджменте не существует: (Выберите единственный верный ответ)  а) синдром «загнанной домохозяйки»  б) синдром «белки в колесе»  в) синдром «потерянного времени»  г) синдром «временных затрат» |
| 13. Каким образом выровнять и сбалансировать Колесо Жизненного Баланса? (Выберите единственный верный ответ)  а) уделять время задачам, имеющим максимально короткий срок исполнения  б) уделять время задачам, имеющим отношение к вашим жизненным приоритетам  в) уделять время задачам, которые ставят вам другие люди  г) перестать уделять время максимальному количеству задач |
| 14. По Правилу Баланса, если где-то что-то прибавляется... (Выберите единственный верный ответ)  а) где-то что-то обязательно прибавляется в том же объёме  б) где-то что-то обязательно убавляется в большем объёме  в) где-то что-то обязательно убавляется в меньшем объёме  г) где-то что-то обязательно убавляется в том же объёме |
| 15. Продуктивная деятельность имеет отношение... (Выберите единственный верный ответ)  а) к обмену  б) к производству  в) к потреблению  г) к распределению |

Перечень заданий открытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Технология упорядочения времени, направленная на повышение эффективности его использования - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 2. Смена активности в рамках \_\_\_\_\_\_\_\_\_ и интеллектуальной деятельности приводит к возможности промежуточного краткосрочного отдыха. (Впишите недостающее слово) |
| 3. Убеждение, что идеал может и должен быть достигнут; что несовершенный результат работы не имеет права на существование - \_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 4. Инструмент правильного формулирования целей, согласования их со своими ценностями и жизненными ориентирами, избегания распространенных ошибок - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 5. Процесс дробления целей на подцели и задачи, чтобы их было легче выполнять - \_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 6. Понятие, показывающее важность, первенство - \_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 7. Представление о будущем или желаемом результате, который человек или группа людей планируют и обязуются достичь - \_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 8. Действие, которое необходимо выполнить, направленное на достижение или приближение выполнения цели - \_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 9. Способность выполнять работу и достигать необходимого или желаемого результата с наименьшими затратами ресурсов - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 10. Эффективная реализация тайм-менеджмента представляет из себя симбиоз двух важных элементов, которые представляют из себя эффективность управления временем и … (Впишите недостающие слова) |
| 11. Ключевые преимуществом тайм-менеджмента во многом считается то, что он учит личному инвестированию, то есть умению саморазвития и самореализации через погружение в теорию и практику тайм-менеджмента, но при этом некоторые скептики выделяют у тайм-менеджмента и очень большой минус, но отмечают, что этот минус проявляется в том случае, если техники и инструменты тайм-менеджмента слепо и бездумно копируются - \_\_\_\_\_\_\_ (Впишите недостающие слова) |
| 12. Рациональность, ориентация на главное и отдых только после работы – это характеристики \_\_\_\_\_\_\_\_\_ школы тайм-менеджмента. (Впишите недостающее слово) |
| 13. Дела в последний момент, ложная приоритизация и низкая эффективность – это… (Впишите недостающие слова) |
| 14. Искушение делом, ощущение значимости и много забот – это… (Впишите недостающие слова) |
| 15. Большая и трудоемкая задача, при виде которой вы цепенеете и никак не можете приняться за дело - \_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |

**Компетенция:** УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

**Знает:** основные инструменты, приемы, технологии саморазвития и самоорганизации

**Умеет:** анализировать и применять в своей деятельности нормы организации и планирования времени в профессиональной сфере

**Владеет:** навыками планирования, организации и контроля личного и рабочего распорядка времени

Перечень заданий закрытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Какие два Квадрата Матрицы Эйзенхауэра должны быть всегда пусты? (Выберите единственный верный ответ)  а) Красный (важные и срочные задачи) и Жёлтый (важные, но не срочные задачи)  б) Синий (срочные, но не важные задачи) и Зелёный (неважные и несрочные задачи)  в) Красный (важные и срочные задачи) и Зелёный (неважные и несрочные задачи)  г) Жёлтый (важные, но не срочные задачи) и Синий (срочные, но не важные задачи) |
| 2. Жёлтый Квадрат Матрицы Эйзенхауэра, важные, но не срочные задачи: (Выберите единственный верный ответ)  а) должен быть заполнен задачами, решение которых нужно откладывать  б) должен быть пуст  в) должен быть заполнен приоритетными для вас задачами  г) должен быть заполнен неприоритетными для вас задачами |
| 3. Синий Квадрат Матрицы Эйзенхауэра, срочные, но не важные задачи: (Выберите единственный верный ответ)  а) заполнен задачами, которые нужно стараться решать сразу по мере их поступления  б) должен быть пуст  в) заполнен приоритетными для вас задачами  г) заполнен задачами, которые нужно решать, как можно позже |
| 4. Какие задачи из Матрицы Эйзенхауэра не нужно выполнять? (Выберите единственный верный ответ)  а) задачи из красного квадрата  б) задачи из синего квадрата  в) задачи из зеленого квадрата  г) задачи из желтого квадрата |
| 5. Как расшифровывается буква S в аббревиатуре SMART-целеполагание: (Выберите единственный верный ответ)  а) конкретный  б) измеримый  в) достижимый  г) реалистичный  д) временной |
| 6. Как расшифровывается буква M в аббревиатуре SMART-целеполагание: (Выберите единственный верный ответ)  а) конкретный  б) измеримый  в) достижимый  г) реалистичный  д) временной |
| 7. Как расшифровывается буква A в аббревиатуре SMART-целеполагание: (Выберите единственный верный ответ)  а) конкретный  б) измеримый  в) достижимый  г) реалистичный  д) временной |
| 8. Как расшифровывается буква R в аббревиатуре SMART-целеполагание: (Выберите единственный верный ответ)  а) конкретный  б) измеримый  в) достижимый  г) реалистичный  д) временной |
| 9. Как расшифровывается буква T в аббревиатуре SMART-целеполагание: (Выберите единственный верный ответ)  а) конкретный  б) измеримый  в) достижимый  г) реалистичный  д) временной |
| 10. Золотое правило тайм-менеджмента – это (Выберите единственный верный ответ)  а) соблюдение правил выполнения задач  б) качественное выполнение задач  в) выполнение задач в условиях ограничений  г) соблюдение сроков выполнения задач |
| 11. Для того, чтобы быстро и успешно достигать успеха в важных для вас сферах жизни, вам следует: (Выберите единственный верный ответ)  а) выполнять минимум задач с дальним сроком исполнения  б) заранее выполнять максимум задач с дальним сроком исполнения  в) выполнять максимум задач, имеющих отношение к вашим жизненным приоритетам  г) выполнять максимум задач с близким сроком исполнения |
| 12. Какой подход позволяет решать задачи максимально эффективно? (Выберите единственный верный ответ)  а) многозадачный, когда человек выполняет несколько дел за один раз  б) однозадачный, когда человек выполняет одно дело за один раз  в) многозадачный, когда человек выполняет несколько небольших дел за один раз  г) последовательность и одновременный объем задач не влияет на эффективность их выполнения |
| 13. Какие карты помогают визуализировать цели? (Выберите единственный верный ответ)  а) ментальные  б) временные  в) таро  г) GDT |
| 14. Каково соотношение параметров в правиле Парето: (Выберите единственный верный ответ)  а) 50 на 50  б) 60 на 40  в) 80 на 20  г) 90 на 10 |
| 15. Кого согласно известной технике полезно съедать за завтраком? (Выберите единственный верный ответ)  а) слона  б) муху  в) лягушку  г) хрюшку |

Перечень заданий открытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Наглядное представление естественного развития цели через множество задач – это \_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 2. Умение строго следовать определённым жизненным принципам, правилам, нормам, графику - \_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 3. Систематические ошибки, которые мы допускаем из-за особенностей работы человеческого мышления - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 4. Пожиратели времени или всё то, что вас отвлекает от нужных и запланированных дел – это… (Впишите недостающее слово) |
| 5. Обдуманное и осознанное внутреннее стремление человека осуществить или заполучить что-либо, не имеющее четких временных границ, плана по реализации - \_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 6. Направленность сознания и мышления на конкретный предмет, связанная с замыслом (задуманным планом действий по осуществлению чего-либо) и знанием того, что необходимо сделать, но все так же не имеющая четких временных границ (а зачастую и не нуждающаяся в них) - \_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 7. Гипотетическая цель или создаваемый в сознании образ реального или фантастического достижения - \_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 8. Залог психического и физического здоровья, а также источник оптимизма и энтузиазма в любой сфере бытия - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 9. Глобальная суть человеческого бытия, определяющая его ценностную матрицу и будущие жизненные результаты - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 10. Расстановка приоритетов, придание чему-то большей важности или срочности по сравнению с чем-то еще; установление или присвоение приоритетов чему-либо - \_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 11. Инструмент анализа сильных и слабых сторон, внутренних и внешних угроз - \_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 12. Достигнутые небольшие цели делают человека счастливым и эффективным, добавляют энергии и мотивируют на достижение больших результатов - \_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 13. Измерение времени, уходящего на решение какой-либо задачи и выполнение какого-либо дела - \_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 14. Заданный распорядок, которого вы ежедневно придерживаетесь - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 15. Качественно потраченное время - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |

**Компетенция:** УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

**Результаты обучения:**

**Знает:** принципы и методы планирования публичного выступления; технологии создания коммуникационной программы для взаимодействия с различными целевыми аудиториями; типовые алгоритмы коммуникаций

**Умеет:** извлекать смысл из сказанного и прочитанного; логически верно построить, спланировать, подготовить и реализовать выступление, используя речевое мастерство и ораторское искусство, с целью достижения желаемого результата от аудитории; оперативно и безошибочно реагировать на поведение аудитории

**Владеет:** навыками создания, планирования и управления инструментами публичного выступления; техниками выбора и реализации инструментов профессиональных компетенций и социальных навыков в ходе публичного выступления

Перечень заданий закрытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Что такое манипулятивные техники в выступлениях? (Выберите единственный верный ответ)  а) способы убеждения аудитории в своей компетентности  б) способы воздействия на аудиторию с целью изменения мнения или поведения  в) техники использования голоса  г) техники использования голоса и жестов для привлечения внимания |
| 2. Какая цель обычно преследуется при использовании манипулятивных техник в выступлениях? (Выберите единственный верный ответ)  а) поддержание непринужденной атмосферы в зале  б) убеждение аудитории в истинности фактов  в) влияние на мнение, эмоции или поведение аудитории  г) влияние на поведение аудитории |
| 3. Какое влияние могут оказывать манипулятивные техники на аудиторию? (Выберите единственный верный ответ)  а) укрепление логического мышления  б) игнорирование эмоциональной реакции  в) изменение точки зрения  г) увеличение уровня вовлеченности и другие эффекты |
| 4. Какие основные типы манипулятивных техник можно выделить? (Выберите единственный верный ответ)  а) техники психологической защиты  б) техники самоутверждения  в) техники логических приемов  г) техники эмоционального манипулирования, манипуляции информацией и другие |
| 5. Что такое техника "вызов эмоций", и как она используется в выступлениях? (Выберите единственный верный ответ)  а) использование сложной психологической терминологии  б) вызов сильных эмоциональных реакций у аудитории для повышения вовлеченности  в) универсальное применение фактов без контекста  г) универсальное применение фактов в контексте |
| 6. Что означает техника "подмены понятий"? (Выберите единственный верный ответ)  а) запутывание аудитории в деталях  б) замена или искажение определений для изменения восприятия  в) активация аудитории с помощью ритмического говорения  г) замена или искажение понятий для изменения восприятия |
| 7. Как может быть использована техника "эффект полной саги"? (Выберите единственный верный ответ)  а) создание смертельно скучных выступлений  б) подача информации путем развития сюжетной линии  в) нарушение временных рамок выступления  г) подача информации путем использования драматических элементов  д) нарушение временных рамок выступления |
| 8. Каким образом можно эффективно реагировать на возражения? (Выберите несколько верных ответов)  а) проявлять понимание и сочувствие  б) активно слушать и задавать вопросы для выяснения причин возражений  в) использовать автоматические роботы для ответов на возражения  г) не заниматься разрешением возражений  д) сконцентрироваться на других задачах |
| 9. Что такое дикция? (Выберите единственный верный ответ)  а) способность четко и выразительно произносить слова  б) набор речевых компетенций  в) эмоциональная окраска речи  г) дефекты речи |
| 10. Какие навыки важны для успешного публичного выступления? (Выберите несколько верных ответов)  а) ясная дикция  б) громкий голос  в) умение удерживать внимание аудитории  г) широкий словарный запас  д) грамотная речь |
| 11. Что такое интонация в речи оратора? (Выберите единственный верный ответ)  а) смена тональности голоса во время выступления  б) просодия и ритм речи  в) цвет  г) мощность голоса |
| 12. Каким образом можно поддерживать и развивать голос оратора? (Выберите единственный верный ответ)  а) пользоваться средствами интенсивной работы и участия в тренингах  б) управлять голосом с помощью компьютерных программ  в) повышать голосовую активность через потребление специальных продуктов  г) диетой |
| 13. Что такое артикуляция? (Выберите единственный верный ответ)  а) движение органов речи при произнесении звуков  б) работа дыхательных мышц  в) изучение сложных слов и терминов  г) движение органов слуха |
| 14. Как можно побороть нервозность перед публичным выступлением? (Выберите несколько верных ответов)  а) пить успокоительные препараты  б) глубоко дышать  в) делать релаксационные упражнения  г) отменить выступление  д) найти замену |
| 15. Что такое невербальная коммуникация во время выступления? (Выберите единственный верный ответ)  а) произношение слов и фраз  б) мимика, жесты и поза оратора  в) активное использование словарного запаса  г) диалог с аудиторией |

Перечень заданий открытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Изучение и анализ аудитории, ее состава, интересов, предпочтений и потребностей для более эффективного выступления - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 2. Изменение высоты и силы голоса для выражения эмоций, акцентирования и передачи смысла - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 3. Графические элементы или текстовые материалы, которые ясно и наглядно поддерживают речь и помогают запомнить информацию - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 4. Использование сравнений и аналогий для лучшего понимания и запоминания информации аудиторией - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 5. Стиль речи, характеризующийся эмоциональностью, убедительностью и выразительностью - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 6. Способность понимать и разделять чувства и эмоции аудитории - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 7. Временное прекращение речи, используемое для создания акцента, подчеркивания важных моментов или создания суспенза - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 8. Общее впечатление, которое выступающий создает у аудитории, включая внешний вид, манеру речи и профессиональность - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 9. Выражение той же мысли или идеи, но с использованием других слов или формулировок - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 10. Специальные методы и приемы, используемые для улучшения качества речи и ее эффективности - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 11. Соблюдение норм и правил коммуникации, включая уважение к аудитории, честность и открытость выражения своих идей и мнений - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 12. Скорость речи, которая должна быть умеренной и понятной для аудитории - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 13. Использование рук и жестов для подчеркивания иллюстрации речи - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 14. Вопрос, на который зритель уже знает ответ, но используется для усиления эффекта речи - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 15. Завершающая часть выступления, которая подводит итоги и закрепляет основные идеи - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |

**Компетенция:** УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

**Результаты обучения:**

**Знает:** основные понятия конфликта: участники конфликта, причины его возникновения, позитивные и негативные последствия конфликта, функции конфликта, виды конфликта; структурные компоненты конфликта; динамику развития конфликта; модели эскалации конфликта; стратегии поведения в конфликте и основные варианты решения конфликта; техники эффективного общения, применяемые для урегулирования и профилактики конфликта; основные характеристики эмоционального выгорания и техники регуляции эмоционального напряжения.

**Умеет:** определять виды и типы конфликта, основные структурные элементы, этапы развития конфликта, стратегии поведения в конфликте; анализировать причины возникновения конфликта, индивидуальные особенности и интересы участников конфликтных ситуаций, возможные формы и способы решения конфликта; применять техники эффективного общения для нейтрализации манипулятивного и конфликтного взаимодействия.

Перечень заданий закрытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Острое негативное переживание, вызванное затянувшееся борьбой структур внутреннего мира личности, представляет собой ((Выберите единственный верный ответ):  а) внутриличностный конфликт  б) межличностный конфликт  в) групповой конфликт  г) внутригрупповой конфликт |
| 2. Противоборство, в котором хотя бы одна сторона представлена малой социальной группой, называется (Выберите единственный верный ответ):  а) межличностным конфликтом  б) межгрупповым конфликтом  в) внутригрупповым конфликтом  г) внутриличностным конфликтом |
| 3. Конфликты, возникающие между сторонами, обладающими неравными объемами власти и неодинаковой степенью влияния, относятся (Выберите единственный верный ответ):  а) к вертикальным  б) к горизонтальным  в) к диагональным  г) к параллельным |
| 4. Конфликтная ситуация — это (Выберите единственный верный ответ):  а) случайные столкновения интересов субъектов социального взаимодействия  б) накопившиеся противоречия, связанные с деятельностью субъектов социального взаимодействия, которые создают почву для противоборства между ними  в) процесс противоборства между субъектами социального взаимодействия, направленный на выяснение отношений  г) стечение обстоятельств, которые проявляют конфликт |
| 5. Чтобы конфликт стал реальным необходимо (Выберите единственный верный ответ):  а) осознание участниками конфликта сложившейся ситуации как конфликтной  б) наличие объективного противоречия между взаимодействующими сторонами  в) наличие противоположных целей и мотивом у взаимодействующих сторон  г) открытое предъявление своих целей и мотивов стороне, которая воспринимается как противоборствующая |
| 6. Одна из возможных форм вмешательства третьей стороны в процесс разрешения конфликта, в котором акцент делается не столько на улаживании вопросов, сколько на процессе, с помощью которого конфликт прекращается, называется (Выберите единственный верный ответ):  а) примирением  б) модераторством  в) посредничеством  г) арбитражем |
| 7. Конфликт не является деструктивным, если (Выберите единственный верный ответ):  а) уводит в сторону от решения более важных проблем и дел  б) укрепляет низкую самооценку и вызывает дистресс  в) помогает индивидам совершенствоваться и использовать полученные знания и опыт  г) поляризует различия в ценностных ориентациях  д) вызывает безответственное, заслуживающее сожаления поведение |
| 8. К техникам/приемам эффективного общения не относится (Выберите единственный верный ответ):  а) отражение чувств собственных и собеседника/оппонента  б) указание на негативные эмоции собеседника/оппонента  в) перефразирование высказываний собеседника/оппонента  г) резюмирование нескольких высказываний собеседника/оппонента |
| 9. Уступка как стиль поведения в конфликте, выбирается тогда, когда (Выберите единственный верный ответ):  a) субъект конфликта уверен в своих силах  б) высокий статус субъекта  в) важнее спокойствие, хорошие отношения  г) решение настолько тривиально, что не стоит тратить на него силы |
| 10. Данная форма взаимодействия с другими людьми, заключающаяся в стремлении влиять на их поведение, поступать так, как этого хочет инициатор общения, называется (Выберите единственный верный ответ):  а) манипуляцией  б) управлением  г) коррекцией поведения  д) аттракцией |
| 11. Симптомами синдрома эмоционального выгорания являются все перечисленные, кроме (Выберите единственный верный ответ):  а) эмоционального истощения  б) деперсонализации  в) недостатка чувства личного достижения  г) комплекса неполноценности |
| 12. Определите технику общения, снижающую напряжение в конфликте, в следующем высказывании оппонента: «Я несколько раз вспоминал сегодня, как здорово ты ответил вчера на вопрос из зала» (Выберите единственный верный ответ):  а) подчеркивание общности с партнером по общению  б) подчеркивание значимости партнера по общению  в) вербализация эмоционального состояния  г) проявление интереса к проблемам партера  д) предоставление партеру возможности выговориться  е) признание собственной неправоты  ж) предложение конкретного выхода из сложившейся ситуации  з) обращение к фактам  и) спокойный уверенный темп речи |
| 13. Определите технику общения, снижающую напряжение в конфликте, в следующем высказывании оппонента: «Уточните, пожалуйста, этот момент разговора с руководством…». (Выберите единственный верный ответ):  а) подчеркивание общности с партнером по общению  б) подчеркивание значимости партнера по общению  в) вербализация эмоционального состояния  г) проявление интереса к проблемам партера  д) предоставление партеру возможности выговориться  е) признание собственной неправоты  ж) предложение конкретного выхода из сложившейся ситуации  з) обращение к фактам  и) спокойный уверенный темп речи |
| 14. Наиболее эффективной формой предупреждения конфликта является (Выберите единственный верный ответ):  а) выявление причин конфликта  б) генерализация конфликта  в) устранение причин конфликта  г) урегулирование конфликта  тип конфликтной личности тип конфликтной личности |
| 15. То, из-за чего возникает конфликт — это (Выберите единственный верный ответ):  а) мотивы конфликта  б) позиции конфликтующих сторон  в) предмет конфликта  г) стороны конфликта  д) образ конфликтной ситуации |

Перечень заданий открытого типа:

|  |
| --- |
| Текст задания |
| 1. Впишите недостающее слово на месте пропуска:  Биполярное явление, проявляющее себя в активности сторон, направленной на преодоление противоречий, причем стороны представлены активным субъектом (субъектами) - это \_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 2. Впишите недостающее слово на месте пропуска:  Существующая или мыслимая (воображаемая) проблема, служащая причиной разногласий между сторонами – это \_\_\_\_\_\_ конфликта. (Впишите недостающее слово) |
| 3. Впишите недостающее слово на месте пропуска:  Внутренние побудительные силы, подталкивающие субъектов социального взаимодействия к конфликту – это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 4. Впишите недостающие слова на месте пропуска:  Накопившиеся противоречия, содержащие истинную причину конфликта – это \_\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 5. Впишите недостающее слово на месте пропуска:  Действие или совокупность действий участников конфликтной ситуации, провоцирующие резкое обострение противоречия и начало борьбы между ними – это \_\_\_\_\_. (Впишите недостающее слово) |
| 6. Впишите недостающее слово на месте пропуска:  Объективные особенности внешней ситуации, которые считаются существенными для возникновения конфликта – это\_\_\_\_\_\_. (Впишите недостающие слова) |
| 7. Структурный элемент, представляющий собой не столько результат, завершающую стадию развития конфликта, сколько идеальный образ этого результата, имеющийся у участников конфликтного взаимодействия и, в конечном счете, определяющий его направленность, - это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ конфликта. (Впишите недостающее слово) |
| 8. Впишите недостающую цифру на месте пропуска:  Всякий реальный конфликт представляет собой процесс, состоящий из \_\_\_ стадий. |
| 9. Впишите недостающую цифру на месте пропуска:  В процессе картографии конфликта (по X. Корнелиус, Ш. Фэйр) выделены \_\_\_ этапа. |
| 10. К какому типу (А, Б, В) согласно классификации В.П. Шейнова относится конфликт, возникший в следующей ситуации: «В общественном транспорте один пассажир нечаянно толкнул другого, не извинившись за причиненное неудобство. Второй пассажир в ответ на толчок нагрубил первому пассажиру... В конечном итоге между ними возникла драка...»?  Впишите в качестве ответа заглавную букву\_\_\_\_ |
| 11. К какому типу (А, Б, В) согласно классификации В.П. Шейнова относится конфликт, возникший в следующей ситуации: «Начальник принял на работу сотрудника в одно из подразделений, не согласовав этот вопрос с руководителем данного подразделения и без соответствующей проверки его профессиональной подготовки. Вскоре обнаружилось, что вновь принятый сотрудник оказался не способным выполнять обязанности по должности... Руководитель подразделения в служебной записке докладывает о профессиональной непригодности новичка и требует его увольнения. Между начальником и руководителем подразделения возник конфликт...»?  Впишите в качестве ответа заглавную букву\_\_\_\_ |
| 12. К какому типу (А, Б, В) согласно классификации В.П. Шейнова относится конфликт, возникший в следующей ситуации: «В коллективе работают три специалиста одинакового уровня квалификации. Освобождается должность руководителя этого подразделения. Все трое претендуют на эту руководящую должность. Возникает острое соперничество, слухи, интриги…»?  Впишите в качестве ответа заглавную букву\_\_\_\_ |
| 13. Напишите какая стратегия поведения в конфликте будет наиболее эффективной в следующей ситуации:  Исход не очень важен для Вас, и Вы считаете, что решение настолько тривиально, что не стоит тратить на него силы; Вы хотите выиграть время, может быть, для того, чтобы получить дополнительную информацию или чтобы заручиться чьей-либо поддержкой |
| 14. Назовите модель поведения личности в конфликте: Модель поведения личности в конфликте, характеризующаяся тем, что личность стремится уладить конфликт, нацелена на поиск приемлемого решения, отличается выдержкой и самообладанием, доброжелательным отношением к сопернику, открыта и искренна, в общении немногословна и лаконична. |
| 15. Назовите тип конфликтной личности: «Неустойчив в оценках и мнениях; внутренне противоречив; зависит от мнения окружающих; легко поддается внушению.» |