

[ol2363084 ol2363084](#)**Тест начат** суббота, 11 Февраль 2023, 11:04**Состояние** Завершены**Завершен** суббота, 11 Февраль 2023, 13:56**Прошло  
времени** 2 час. 51 мин.**Оценка** 76 из 100

Вопрос **Инфо**

Уважаемый участник, приветствуем Вас на заключительном этапе по предмету "Психология" для 9-11 классов.

В данном разделе размещена основная техническая информация об олимпиаде. Вы можете обратиться к ней, если у Вас возник вопрос по организационной части.

- Заключительный этап длится 180 минут (3 астрономических часа).
- Олимпиада включает в себя 5 заданий, каждое из которых оценивается в 20 баллов. Наибольшая итоговая сумма баллов, которой могут быть оценены ответы на все задания при условии отсутствия в них ошибок и неточностей, равна 100.
- Задания размещены на одной странице, Вы можете приступить к выполнению в любом порядке и возвращаться к тем заданиям, которые уже выполняли раньше.
- У каждого задания своё поле для ответов. Будьте внимательны: печатайте ответ на задание в соответствующем поле.
- Не отключайте используемые камеры (основную и дополнительную) и микрофон, не снижайте его уровень чувствительности к звуку.
- Использование наушников возможно только при просмотре видео, в остальных случаях они должны быть сняты и лежать на столе в зоне видимости камеры. Предупреждайте проктора в чате каждый раз, когда собираетесь приступить к прослушиванию фрагмента и надеваете и снимаете наушники.
- Не проговаривайте задания и не размышляйте вслух.
- Следите за чатом с проктором и выполняйте его требования. Возникающие технические вопросы Вы также можете задавать в чат проктору. Помните, что вопросы по содержанию заданий не рассматриваются.
- Не открывайте другие вкладки браузера и программы.
- Не используйте справочные материалы и черновики.
- Выход в туалетную комнату возможен через 120 минут (2 часа) после начала олимпиады, но не ранее. Для этого достаточно написать в чат время выхода из зоны видимости камер и потом время возвращения.

Задания олимпиады размещены ниже. Ни пуха, ни пера!

## История ответов

Шаг	Время	Действие	Состояние
<u>1</u>	11/02/23, 11:04	Начало	
<u>2</u>	11/02/23, 13:56	Просмотрено	
3	11/02/23, 13:56	Попытка завершена	

Вопрос 1

Выполнен

Баллов: 19 из 20

Ниже представлен фрагмент из х/ф "Чучело" (1983 г., СССР, реж. Р. Быков). Внимательно посмотрите его и ответьте на вопросы под видео.

0:00



1. Опишите, какое социально-психологическое явление представлено в данном фрагменте: дайте ему название, определение и обоснуйте свой выбор.
2. Отметьте шесть причин, которые могут спровоцировать данное явление.
3. Сформулируйте, какая стратегия поведения характерна для главной героини. Укажите, на чём основано Ваше суждение.

*Не забывайте указывать номер вопроса, на который отвечаете.*

## Вопрос 1

1. Социально-психологическое явление, представленное в данном фрагменте - буллинг, то есть направленная на человека продолжительная групповая "травля": психологическое, физическое насилие, разные виды издевательств. Данное явление чаще характерно для образовательных учреждений, но в более скрытой форме встречается и в трудовых организациях. Мною был сделан этот выбор, так как девочка в фрагменте подвергается нападкам со стороны сверстников: ей дано унижительное прозвище, происходит психологическое давление (крики, преследование, провокативные фразы) и физические издеательства (отбирание одежды, "плевание" бумажными шариками, погоня)
2. Данное явление может спровоцировать: наличие в группе одного или нескольких людей, обладающих достаточным авторитетом, чтобы "задавать" общее настроение группы (например, в фильме мы видим проявление конформности под влиянием группы, когда мальчик в классе говорит о том, что "чучело" уезжает, а значит, класс своего добился и можно прекратить издеательства, но его

Комментарий:

**«Соответствие и полнота» - 9 баллов**

*3 балла из 4 баллов - не указано, что травле подвергается член той же группы, не описана ролевая структура (жертва, агрессор, наблюдатель).  
6 баллов максимум*

*За каждую представленную (или иную релевантную явлению) причину +1 балл: успеваемость, материальное или социальное положение жертвы, физические или интеллектуальные особенности, и главное, невозможность жертвы дать отпор.*

*4 балла из 4 баллов - не указано, что причина игнорирования - страх, желание избежать обострения конфликта.*

**Логичность и понятность" - 3 балла**

**Научность и корректность" - 3 балла**

## История ответов

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>1</u>	11/02/23, 11:04	Начало	Пока нет ответа	

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>2</u>	11/02/23, 13:56	<p>Сохранено: Вопрос 1 1. Социально-психологическое явление, представленное в данном фрагменте - буллинг, то есть направленная на человека продолжительная групповая "травля": психологическое, физическое насилие, разные виды издевательств. Данное явление чаще характерно для образовательных учреждений, но в более скрытой форме встречается и в трудовых организациях. Мною был сделан этот выбор, так как девочка в фрагменте подвергается нападкам со стороны сверстников: ей дано унижительное прозвище, происходит психологическое давление (крики, преследование, провокативные фразы) и физические издевательства (отбирание одежды, "плевание" бумажными шариками, погоня) 2. Данное явление может спровоцировать: наличие в группе одного или нескольких людей, обладающих достаточным авторитетом, чтобы "задавать" общее настроение группы (например, в фильме мы видим проявление конформности под влиянием группы, когда мальчик в классе говорит о том, что "чучело" уезжает, а значит, класс своего добился и можно прекратить издевательства, но его попытка очень быстро пресекается под влиянием остальных детей), при этом наличие в группе человека, либо отличающегося от всей группы, либо вступившего в конфликт с "авторитетами". Провоцирует продолжение буллинга отсутствие у жертвы "системы поддержки", то есть друзей и семьи, которые могли бы поддержать жертву и защитить её. Ещё одной причиной буллинга в классе может послужить низкий уровень ответственности классного руководителя и учителей, "закрывающих глаза" на проблему, тем самым, помогая зачинщикам травли чувствовать себя безнаказанно. Причиной невозможности жертвы противостоять буллингу или рассказать о нём на самых ранних этапах может стать "выученная беспомощность" - поведение, при котором человек не пытается найти выход из сложной ситуации, пребывая в уверенности, что все его попытки окажутся бесполезными или сделают только хуже. Подобное поведение может быть обусловлено беспомощным положением и в семье (не зря существует выражение "буллинг начинается дома") 3. Стратегия поведения, характерная для главной героини - игнорирование буллинга. Она старается показательно не замечать действий обидчиков, чтобы те, не получая от своего поведения желаемого результата - эмоциональной реакции, со временем отстали от неё. Перед тем, как уехать, она идёт с безэмоциональным лицом, никак не отвечает на вопросы и издёвки детей, сохраняет молчание. Приехав обратно, девочка делает вид, что вообще не видит обидчиков, стараясь сохранить на лице улыбку, но всё-таки защищается от физических нападков сверстников, сначала стараясь не реагировать и на них. Нельзя сказать, что девочка вовсе не реагирует на буллинг, но она выбирает тип поведения, при котором старается при максимально показательно показательно игнорировать обидчиков.</p>	Ответ сохранен	

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>3</u>	11/02/23, 13:56	Попытка завершена	Выполнен	
4	28/02/23, 22:46	Оценено вручную на 19 со следующим комментарием: «СООТВЕТСТВИЕ И ПОЛНОТА» - 9 БАЛЛОВ _3 балла из 4 баллов- не указано, что травле подвергается член той же группы, не описана ролевая структура (жертва, агрессор, наблюдатели)_ _6 баллов ...	Выполнен	19



Вопрос **2**

Выполнен

Баллов: 4 из 20

Внимательно ознакомьтесь с описанием эксперимента и ответьте на вопросы после представленного текста.

**Исследователи изучили поведение медицинских сестер, каждая из которых работала в одном из 22 отделений двух больниц - одной частной и одной государственной. Дежурной сестре звонил по телефону врач, имя которого она знала, но с которым никогда прежде не имела личного контакта. Врач говорил сестре: «Звонит доктор Дюбуа из психиатрического отделения. Сегодня утром я должен обследовать одного из ваших пациентов, господина Дюфура. Мне бы хотелось, чтобы он принял лекарства, которые к моему приходу должны начать действовать. Не могли бы вы проверить, есть ли в шкафу «Астротен»? (Врач произносит по буквам (а, эс, тэ, эр...)). Сестра направлялась к шкафу и действительно находила там коробку, на которой было написано: "Астротен. Капсулы по 5 мг. Обычная доза: 5 мг. Максимальная суточная доза: 10 мг."**

**После того как сестра подтверждала наличие лекарства, врач продолжал: «Хорошо, мне бы хотелось, чтобы вы дали господину Дюфуру 20 мг «Астротена». Я приду минут через 10 и тогда письменно оформлю распоряжение».**

**Распоряжение доктора Дюбуа нарушало многие служебные правила, некоторые из них - грубо. Прежде всего оно исходило от лица, с которым медицинская сестра лично не была знакома. Кроме того, лекарство не входило в список разрешенных препаратов, а главное - назначенная врачом доза значительно превосходила допустимую. Между тем из 22 медицинских сестер, которым по телефону было передано такое распоряжение, 21 подчинилась ему, даже не выказав какого-либо сомнения (большинство из них, однако, были уверены, что врач придет вовремя). Опыт прекращался в тот момент, когда сестра доставала из коробки четыре капсулы препарата, а штатный психиатр сообщал ей о сути эксперимента, в котором она, сама о том не ведая, только что участвовала. Во время последующего разговора многие из сестер признавались, что выполняли подобные распоряжения и в прошлом, боясь своим отказом рассердить врача.**

1. Определите, какое явление иллюстрирует данный эксперимент: назовите его.
2. Сформулируйте три возможных причины, чем была обусловлена такая покорность медсестер.
3. Отметьте три фактора, которые могут приводить к проявлению покорности или непокорности (у людей разного возраста, принадлежащих к разным группам и т.д.).

*Не забывайте указывать номер вопроса, на который отвечаете.*

## Вопрос 2

1. Явление, которое иллюстрирует данный эксперимент - конформизм, или склонность подчиняться авторитету.
2. Покорность медсестёр могла быть обусловлена уверенностью в компетентности мнения врача: они знала его имя, пусть и не были знакомы лично, при этом в больницах врачи чаще всего иерархически находятся "выше" медсестёр. Так же покорность медсестёр можно объяснить действием эффекта "нога в двери", то есть постепенное усиление сложности просьб сильно увеличивало вероятность выполнения конечной просьбы ввести 20мг астротена. В компетентности врача медсестёр убедило и то, что врач знал название назначаемого препарата, который действительно находился в холодильнике. Уверенность в том, что в ближайшее время придёт квалифицированный врач, который возьмёт на себя ответственность за состояние пациента, тоже подталкивала медсестёр к выполнению просьб. Страх, который испытывали медсёстры перед врачом, который мог разозлиться, тоже играет немаловажную роль в исполнении медсёстрами просьбы врача.

Комментарий:

**Соответствие и полнота:**

1. 0 баллов. Не указано, что данный эксперимент иллюстрирует такое явление, как влияние авторитета, власть авторитета, давление авторитета
2. 1 балл. Косвенно упомянута одна из верных причин (наличие четкой иерархии в системе), не упомянуты другие ключевые причины: 1) Медсестры, как средний медицинский персонал, постоянно выполняют указания врачей, поэтому для них привычно подчиняться власти авторитета. 2) Также уровень знаний у врачей выше, чем у медсестер, что отражает авторитет знаний.
3. 1 балл. Косвенно указан один верный фактор (предыдущий опыт подчинения), не упомянуты другие ключевые факторы (возраст, детский опыт, принадлежность к определенной социальной группе, ответственность)

**Логичность и понятность:**

- 1 балл. Допущены неточность и неясность формулировок и утверждений (п.2 и п.3)

**Научность и корректность:**

- 1 балл. Работа написана преимущественно простым, бытовым языком, в то же время автор уместно ссылается на известный эксперимент С. Милгрэма

## История ответов

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>1</u>	11/02/23, 11:04	Начало	Пока нет ответа	
<u>2</u>	11/02/23, 13:56	Сохранено: Вопрос 2 1. Явление, которое иллюстрирует данный эксперимент - конформизм, или склонность подчиняться авторитету. 2. Покорность медсестёр могла быть обусловлена уверенностью в компетентности мнения врача: они знала его имя, пусть и не были знакомы лично, при этом в больницах врачи чаще всего иерархически находятся "выше" медсестёр. Так же покорность медсестёр можно объяснить действием эффекта "нога в двери", то есть постепенное усиление сложности просьб сильно увеличивало вероятность выполнения конечной просьбы ввести 20мг астротена. В компетентности врача медсестёр убедило и то, что врач знал название назначаемого препарата, который действительно находился в холодильнике. Уверенность в том, что в ближайшее время придёт квалифицированный врач, который возьмёт на себя ответственность за состояние пациента, тоже подталкивала медсестёр к выполнению просьб. Страх, который испытывали медсёстры перед врачом, который мог разозлиться, тоже играет немаловажную роль в исполнении медсёстрами просьбы врача. 3. К проявлению покорности может приводить наличие авторитета, уверенность в компетентности этого авторитета (вспомним эксперимент Стэнли Милгрэма по исследованию влияния авторитета на действия испытуемых: около 65% людей дошли до крайних значений разрядов тока, так как Милгрэм говорил им продолжать), подчинённое положение, закреплённое временем (определённый статус в обществе, на работе и т.д.) может привести к выученному подчинению авторитету. К проявлению непокорности может привести отсутствие авторитета, хорошо развитое критическое мышление и неконформность, развитые в характере человека, а так же общие протестные настроения, если речь идёт о группе. Понимание безнаказанности своих действий также может привести к проявлению непокорности.	Ответ сохранен	
<u>3</u>	11/02/23, 13:56	Попытка завершена	Выполнен	
4	1/03/23, 21:45	Оценено вручную на 4 со следующим комментарием: СООТВЕТСТВИЕ И ПОЛНОТА: 1. 0 баллов. Не указано, что данный эксперимент иллюстрирует такое явление, как влияние авторитета, власть авторитета, давление авторитета 2. 1 балл. Косвенно упомянута ...	Выполнен	4

## Вопрос 3

Выполнен

Баллов: 20 из 20

В этом задании Вам предлагается подумать над тем, какой научной проблемой из области психологии Вам бы хотелось заниматься, став профессиональным психологом. Сформулируйте проблему. Обоснуйте ее актуальность (необходимость, значимость). Опишите, что, по-Вашему, может улучшить ситуацию в этом проблемном поле. Опишите пути и способы решения проблемы. Постарайтесь сделать содержание четким, научно обоснованным и аргументированным.

Ответ должен быть объёмом 250-500 слов.

## Вопрос 3

Проблемой, которой на данный мне хотелось бы заниматься в научной психологии, являются массовые нарушения функционирования концентрации внимания и рабочей памяти в условиях увеличивающегося нахождения людей в информационной среде.

В современном мире буквально невозможно качественно учиться и работать без погружения в информационную среду (технологии, интернет), всё больше компаний переводят сотрудников на удалённый тип работы, а общение с окружающими нельзя представить без социальных сетей и мессенджеров. При этом через каждого человека каждый день проходит огромное количество нужной и ненужной информации, что по словам многих приводит к сильной "перегруженности", снижению работоспособности в результате невозможности фокусироваться на задаче. С развитием популярности такой социальных сетей с большим количеством медиаконтента начинает исследоваться явление "клиповое мышление", которым многие объясняют низкую работоспособность новых поколений. Всё больше взрослых людей получают диагноз СДВГ (само по себе диагностирование проблемы не несёт), при котором людям трудно поддерживать так высоко оцениваемую в современном мире многозадачность и поддерживать постоянный рабочий темп.

При наличии всех вышеописанных проблем ещё не существует достаточного количества научно обоснованных методов их решения. Какие методы планирования стоит использовать людям с дисфункциями концентрации внимания? Чем можно помочь себе в быту, когда работаешь удалённо?

Для решения данной проблемы, в первую очередь, необходимо проведение большого количества валидных исследований (например, о влиянии белого/коричневого шума на качество концентрации внимания с использованием корректурной пробы и названных шумов в качестве стимульных материалов) и интерпретирование результатов этих исследований в общедоступную форму информации, которая смогла бы помочь людям создавать максимально экологичную рабочую среду, избегая дальнейшего выгорания и вреда здоровью.

Комментарий:

## История ответов

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>1</u>	11/02/23, 11:04	Начало	Пока нет ответа	
<u>2</u>	11/02/23, 13:56	<p>Сохранено: Вопрос 3 Проблемой, которой на данный мне хотелось бы заниматься в научной психологии, являются массовые нарушения функционирования концентрации внимания и рабочей памяти в условиях увеличивающегося нахождения людей в информационной среде. В современном мире буквально невозможно качественно учиться и работать без погружения в информационную среду (технологии, интернет), всё больше компаний переводят сотрудников на удалённый тип работы, а общение с окружающими нельзя представить без социальных сетей и мессенджеров. При этом через каждого человека каждый день проходит огромное количество нужной и ненужной информации, что по словам многих приводит к сильной "перегруженности", снижению работоспособности в результате невозможности фокусироваться на задаче. С развитием популярности такой социальных сетей с большим количеством медиаконтента начинает исследоваться явление "клиповое мышление", которым многие объясняют низкую работоспособность новых поколений. Всё больше взрослых людей получают диагноз СДВГ (само по себе диагностирование проблемы не несёт), при котором людям трудно поддерживать так высоко оцениваемую в современном мире многозадачность и поддерживать постоянный рабочий темп. При наличии всех вышеописанных проблем ещё не существует достаточного количества научно обоснованных методов их решения. Какие методы планирования стоит использовать людям с дисфункциями концентрации внимания? Чем можно помочь себе в быту, когда работаешь удалённо? Для решения данной проблемы, в первую очередь, необходимо проведение большого количества валидных исследований (например, о влиянии белого/коричневого шума на качество концентрации внимания с использованием корректурной пробы и названных шумов в качестве стимульных материалов) и интерпретирование результатов этих исследований в общедоступную форму информации, которая смогла бы помочь людям создавать максимально экологичную рабочую среду, избегая дальнейшего выгорания и вреда здоровью.</p>	Ответ сохранен	
<u>3</u>	11/02/23, 13:56	Попытка завершена	Выполнен	

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
4	28/02/23, 17:31	Оценено вручную на 20 со следующим комментарием:	Выполнен	20

## Вопрос 4

Выполнен

Баллов: 17 из 20

В этом задании Вам предлагается вспомнить одну из ситуаций, которую можно проанализировать с точки зрения психологических знаний. Например, это может быть одна из проблем, с которой Вам лично приходилось сталкиваться или приходилось наблюдать. Опишите ситуацию, психологическое явление, которое определяло эту ситуацию и то, как Вам (или другим участникам) удалось её решить. Возможен вариант, когда решение не было очевидным или конструктивным, в таком случае наметьте пути конструктивного решения проблемы.

Ответ должен быть объёмом 250-500 слов.

## Вопрос 4

Ситуация, которую я хотела бы описать, произошла в лагере на проектной смене. Начну с того, что областном лагере существуют правила, нацеленные на обеспечение безопасности детей, запрещающие им передвигаться по территории лагеря, а значит, выходить из корпусов, без сопровождения вожатого, что могло послужить дополнительным фактором влияния. Ночью, после отбоя, когда все вожатые, кроме (заснувшего крепким сном) дежурного, были на планёрке в отряде по правилам все уже должны были спать, через приоткрытые окна в комнатах послышались громкие звуки. Вожатая отряда, находившегося в соседнем корпусе, подскользнулась, упала и уронила пакет с атрибутикой и инвентарём для завтрашнего отрядного мероприятия. Наш отряд в этот собрался в одной комнате, все увидели что произошло, но целых 10-15 минут, пока подвернувшая ногу вожатая сидела и безуспешно пыталась собрать инвентарь, никто не мог решиться выйти на улицу и помочь девушке. Здесь, по моему мнению, проявились два психологических феномена: конформизм и "эффект свидетеля". Каждый будто бы ждал смелого человека, который решится помочь вожатой, перекаладывая ответственность на остальных. При этом тот, кто вышел, своим поступком мог практически прямо заявить о нарушении лагерных правил и устроить проблемы в первую очередь себе, а затем дежурному вожатому и отряду, который бы получил более строгий контроль по ночам. В итоге группа из 2-3 человек совместно решила выйти и помочь, не оставив вожатую в беде, но объяснив свой поступок подготовкой номера для концерта, попросив закрыть на это глаза. Было принято групповое решение выбрать людей, которые были готовы самостоятельно взять на себя ответственность, но снизить риск наказания с помощью лжи.

Комментарий:

"Соответствие и полнота": 8 (недостаточно раскрыт именно психологический смысл проблематики)

"Логичность и понятность": 5

"Научность": 4



## История ответов

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>1</u>	11/02/23, 11:04	Начало	Пока нет ответа	
<u>2</u>	11/02/23, 13:56	<p>Сохранено: Вопрос 4 Ситуация, которую я хотела бы описать, произошла в лагере на проектной смене. Начну с того, что областном лагере существуют правила, нацеленные на обеспечение безопасности детей, запрещающие им передвигаться по территории лагеря, а значит, выходить из корпусов, без сопровождения вожатого, что могло послужить дополнительным фактором влияния. Ночью, после отбоя, когда все вожатые, кроме (заснувшего крепким сном) дежурного, были на планёрке в отряде по правилам все уже должны были спать, через приоткрытые окна в комнатах слышались громкие звуки. Вожатая отряда, находившегося в соседнем корпусе, подскользнулась, упала и уронила пакет с атрибутикой и инвентарём для завтрашнего отрядного мероприятия. Наш отряд в этот собрался в одной комнате, все увидели что произошло, но целых 10-15 минут, пока подвернувшая ногу вожатая сидела и безуспешно пыталась собрать инвентарь, никто не мог решиться выйти на улицу и помочь девушке. Здесь, по моему мнению, проявились два психологических феномена: конформизм и "эффект свидетеля". Каждый будто бы ждал смелого человека, который решится помочь вожатой, перекладывая ответственность на остальных. При этом тот, кто вышел, своим поступком мог практически прямо заявить о нарушении лагерных правил и устроить проблемы в первую очередь себе, а затем дежурному вожатому и отряду, который бы получил более строгий контроль по ночам. В итоге группа из 2-3 человек совместно решила выйти и помочь, не оставив вожатую в беде, но объяснив свой поступок подготовкой номера для концерта, попросив закрыть на это глаза. Было принято групповое решение выбрать людей, которые были готовы самостоятельно взять на себя ответственность, но снизить риск наказания с помощью лжи.</p>	Ответ сохранен	
<u>3</u>	11/02/23, 13:56	Попытка завершена	Выполнен	
4	28/02/23, 15:38	<p>Оценено вручную на 17 со следующим комментарием: "Соответствие и полнота": 8 (недостаточно раскрыт именно психологический смысл проблематики) "Логичность и понятность": 5 "Научность": 4</p>	Выполнен	17

Вопрос **5**

Выполнен

Баллов: 16 из 20

Представьте, что Вам предстоит выступить с научно-популярной лекцией по психологии. Какую тему Вы бы хотели выбрать и перед какой аудиторией планируете выступить? Обоснуйте выбор. Какие источники из рекомендованных для подготовки к Олимпиаде школьников СПбГУ по психологии могут быть полезны для подготовки? Сформулируйте свой ответ в виде развернутого плана. Кратко раскройте каждый пункт. Во введении обоснуйте выбор темы и актуальность. В конце плана-конспекта приведите известные Вам источники информации (укажите автора и название).

Ответ должен быть объемом 250-500 слов.

## Вопрос 5

**Тема, которую я могла бы выбрать: "Как сохранить себя в условиях меняющегося мира?"**

В последние годы в мире происходит большое количество глобальных событий, которые влияют на нашу жизнь отрицательным образом без нашего непосредственного участия. Потеря контроля над своей жизнью, ожидание худшего и отсутствие позитивных новостей в течение долгого времени могут выбить почву из под ног любого человека, поэтому моей аудиторией не было бы лишь научное сообщество: я бы пригласила на лекцию всех желающих людей, начиная от подросткового возраста, в котором появляется способность критично оценивать события вокруг и формируются собственные жизненные принципы.

**План лекции**

*Реакция на острые и травмирующие события. Поддержание внутренней стабильности*

Этот этап лекции раскрывает необходимость находить для себя рутину, которая станет новой зоной контроля в неконтролируемых событиях, отдыхать от потока информации и продолжать жить, обозначив для себя внутренние ориентиры.

*Жизнь и рутина в видимом хаосе. Поиск новых ориентиров*

Необходимость переосмыслить свои принципы и ценности настигает почти каждого человека, сталкивающегося с "временем перемен" в своей жизни. В этой части лекции я подниму тему необходимости сохранения надежды, новые способы планировать будущее и оставаться собой, черпая энергию из внутренних сил.

*Исцеление. Почему важно принять свои травмы и научиться с ними жить*

Для психики человека ни одно травмирующее событие не проходит бесследно. Степень "следа", оставленного событиями, может варьироваться от избегания неприятных воспоминаний до ярко выраженного ПТСР. Эту часть лекции я бы посвятила важности обращения к квалифицированному специалисту при возможности это сделать, а так же принятию того, что травма может дать не только боль, но и бесценный опыт для дальнейшей жизни

### **Источники из рекомендованных для подготовки к Олимпиаде школьников СПбГУ**

Своим источником я бы выбрала произведение Виктора Франкла "Сказать жизни да!", ведь в этой книге раскрывается жизненный опыт человека (и что немаловажно, психолога), который пережил испытания Аушвица и сделал выводы о том, как люди могут приспособиться к тяжёлым условиям. Нахождение "внутреннего стержня", мечтания, "уход в себя" и желание жить не вопреки, а во имя своих ценностей могут стать для большого количества людей опорой и надеждой. Реальность опыта Франкла может придать уверенности в своих силах пережить тяжёлое время и сохранить собственный разум, не разрушив свою личность и не потеряв своё самоощущение, как субъекта.

### *Дополнительные источники информации*

Дополнительными источниками информации, которые могли бы лечь в основу лекции, могли бы стать произведения психолога Эдит Евы Эгер "Выбор" и "Дар", которая подробно описывает, кроме стратегии выживания в концентрационном лагере, последующее принятие травмы и способы научиться с ней жить на примере клиентов из собственной психотерапевтической практики

Комментарий:

Не представлен развёрнутый план лекции

Соответствие и полнота - 7

Логичность - 4

Научность - 5

## История ответов

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>1</u>	11/02/23, 11:04	Начало	Пока нет ответа	

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
<u>2</u>	11/02/23, 13:56	<p>Сохранено: Вопрос 5 ТЕМА, КОТОРУЮ Я МОГЛА БЫ ВЫБРАТЬ: "КАК СОХРАНИТЬ СЕБЯ В УСЛОВИЯХ МЕНЯЮЩЕГОСЯ МИРА?" В последние годы в мире происходит большое количество глобальных событий, которые влияют на нашу жизнь отрицательным образом без нашего непосредственного участия. Потеря контроля над своей жизнью, ожидание худшего и отсутствие позитивных новостей в течение долгого времени могут выбить почву из под ног любого человека, поэтому моей аудиторией не было бы лишь научное сообщество: я бы пригласила на лекцию всех желающих людей, начиная от подросткового возраста, в котором появляется способность критично оценивать события вокруг и формируются собственные жизненные принципы. ПЛАН ЛЕКЦИИ _Реакция на острые и травмирующие события. Поддержание внутренней стабильности_ Этот этап лекции раскрывает необходимость находить для себя рутину, которая станет новой зоной контроля в неконтролируемых событиях, отдыхать от потока информации и продолжать жить, обозначив для себя внутренние ориентиры.сче _Жизнь и рутина в видимом хаосе. Поиск новых ориентиров_ Необходимость переосмыслить свои принципы и ценности настигает почти каждого человека, сталкивающегося с "временем перемен" в своей жизни. В этой части лекции я подниму тему необходимости сохранения надежды, новые способы планировать будущее и оставаться собой, черпая энергию из внутренних сил.</p> <p>_Исцеление. Почему важно принять свои травмы и научиться с ними жить_ Для психики человека ни одно травмирующее событие не проходит бесследно. Степень "следа", оставленного событиями, может варьироваться от избегания неприятных воспоминаний до ярко выраженного ПТСР. Эту часть лекции я бы посвятила важности обращения к квалифицированному специалисту при возможности это сделать, а так же принятию того, что травма может дать не только боль, но и бесценный опыт для дальнейшей жизни</p> <p>ИСТОЧНИКИ ИЗ РЕКОМЕНДОВАННЫХ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ОЛИМПИАДЕ ШКОЛЬНИКОВ СПбГУ Своим источником я бы выбрала произведение Виктора Франкла "Сказать жизни да!", ведь в этой книге раскрывается жизненный опыт человека (и что немаловажно, психолога), который пережил испытания Аушвица и сделал выводы о том, как люди могут приспособиться к тяжёлым условиям. Нахождение "внутреннего стержня", мечтания, "уход в себя" и желание жить не вопреки, а во имя своих ценностей могут стать для большого количества людей опорой и надеждой. Реальность опыта Франкла может придать уверенности в своих силах пережить тяжёлое время и сохранить собственный разум, не разрушив свою личность и не потеряв своё самоощущение, как субъекта.</p> <p>_Дополнительные источники информации_ Дополнительными источниками информации, которые могли бы лечь в основу лекции, могли бы стать произведения психолога Эдит Евы Эгер "Выбор" и "Дар", которая подробно описывает, кроме стратегии выживания в</p>	Ответ сохранен	

Шаг	Время	Действие	Состояние	Баллы
		концентрационном лагере, последующее принятие травмы и способы научиться с ней жить на примере клиентов из собственной психотерапевтической практики		
4	6/03/23, 13:19	Оценено вручную на 16 со следующим комментарием: Не представлен развёрнутый план лекции Соответствие и полнота - 7 Логичность - 4 Научность - 5	Выполнен	16