

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, дом 7, корпус 1, офис 3, комната 12
Телефон +7(499) 110-88-46; e-mail: info@ncrdo.ru, веб-сайт: www.ncrdo.ru

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО

На Педагогическом совете

Протокол от _____ 20__ г. № _____

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 343 от «03» октября 2022 г.

Генеральный директор ООО «НЦРДО»

Зотов А.И.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Техники развития интуиции»

Общая трудоемкость

240 академических часов

Форма обучения

Заочная

Москва, 2022

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н.

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи в рамках имеющейся квалификации.

Обучающийся совершенствует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология (бакалавриат):

Код	Наименование компетенции
ОПК-4	Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования

По итогам освоения программы обучающийся должен

знать:

- природу интуиции
- особенности развития интуиции;

уметь:

- характеризовать природу интуиции;
- использовать особенности развития интуиции в практической деятельности.

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	А/03.6	Поддержание мотивации к достижению целей психологического консультирования у гражданина, обратившегося за консультационной психологической помощью Оказание консультационной психологической помощи гражданам, переживающим

			психологический кризис и дистресс
--	--	--	-----------------------------------

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 240 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№п п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемко сть, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуто чной и итоговой аттестации (ДЗ, З) ¹
			Лекц ии	Тестирова ние	Практиче ские занятия	
	Модуль 1. Природа интуиции					
1	Понятие, сущность интуиции	8	4	2	2	3
2	Проблема исследования интуитивного мышления в психологии	16	10	2	4	
3	Этапы и виды интуиции	8	4	2	2	
4	Индивидуально- психологические характеристики, оказывающие влияние на успешность интуиции	16	10	2	4	
5	Критерии развития интуиции	7	3	2	2	
6	Качества интуитивных людей	9	5	2	2	
7	Методики оценки интуиции	11	7	2	2	
	Модуль 2. Развитие интуиции					

¹ ДЗ – дифференцированный зачет. З – зачет

8	Способы развития интуиции	16	10	2	4	3
9	Осознанность, ресурсное и потоковое состояния	21	15	2	4	
10	Дыхательные практики и медитация	16	10	2	4	
11	Тренировка «Состояние победителя»	16	10	2	4	
12	Внутренние зажимы. Техники для снятия внутренних зажимов	21	15	2	4	
13	Тренировка «Образ здорового человека»	14	8	2	4	
14	Работа с негативными установками	16	10	2	4	
15	Техники создания будущего: визуализация, целеполагание, ценностный образ себя и т.д.	21	15	2	4	
16	Тренинг развития сенсорики	21	15	2	4	
Итоговая аттестация		3				Итоговое тестирование
ИТОГО		240				

2.2. Календарный учебный график

№пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. часах	Учебные недели
1	Модуль 1. Природа интуиции	75	1-3
2	Модуль 2. Развитие интуиции	162	4-9
	Итоговая аттестация	3	9

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Модуль 1. Природа интуиции		
Тема 1. Понятие, сущность интуиции	Лекция/4 часа	Понятие, сущность интуиции. Основные характеристики
	Практическое занятие 1 /2 часа	Выполните задания:

		1. Запишите определение интуиции, которое наиболее близко Вам. Приведите пример проявления интуиции в Вашей жизни. 2. Заполните таблицу «Взгляды философов и учёных на интуицию».
	Тестирование /2 часа	
Тема 2. Проблема исследования интуитивного мышления в психологии	Лекция/10 часов	Проблема исследования интуитивного мышления в психологии. Формы познания и интуиция
	Практическое занятие 2 /4 часа	Дайте ответы: 1. Назовите и охарактеризуйте основные пути познания мира человеком. 2. Какова роль интуиции в познании мира? 3. Чем интуитивное мышление отличается от логического? 4. Какова связь интуиции и творчества?
	Тестирование /2 часа	
Тема 3. Этапы и виды интуиции	Лекция/4 часа	Этапы и виды интуиции. Основные характеристики
	Практическое занятие 3 /2 часа	Выполните задания: 1. Разработайте схему «Виды интуиции». 2. Перечислите и кратко охарактеризуйте этапы интуиции.
	Тестирование /2 часа	
Тема 4. Индивидуально-психологические характеристики, оказывающие влияние на успешность интуиции	Лекция/10 часов	Индивидуально-психологические характеристики, оказывающие влияние на успешность интуиции. Интуиция и интеллект
	Практическое занятие 4 /4 часа	Дайте ответы: 1. Какие индивидуально-психологические характеристики оказывают влияние на успешность интуиции? 2. Объясните, каким образом особенности интуиции взаимосвязаны с интеллектом личности? 3. Представьте, что Вам нужно составить рекомендации для человека, желающего повысить уровень своей интуиции. Что Вы ему порекомендуете? На каких качествах личности нужно делать упор для развития интуиции?
	Тестирование /2 часа	
Тема 5. Критерии развития интуиции	Лекция/3 часа	Критерии развития интуиции. Основные характеристики
	Практическое занятие 5 /2 часа	Дайте ответы: 1. Перечислите критерии развития интуиции. 2. Какие из данных критериев развиты у Вас? Приведите примеры из жизни
	Тестирование /2 часа	
Тема 6. Качества интуитивных людей	Лекция/5 часов	Качества интуитивных людей. Основные характеристики
	Практическое занятие 6 /2 часа	Дайте ответы: 1. Перечислите качества интуитивных людей. Отметьте, какими из этих качеств обладаете Вы. 2. Каковы преимущества интуитивного мышления?
	Тестирование /2 часа	

Тема 7. Методики оценки интуиции	Лекция/7 часов	Методики оценки интуиции. Основные принципы
	Практическое занятие 7 /2 часа	Выполните задания: 1. Перечислите методики оценки интуиции. 2. Пройдите самодиагностику уровня интуиции по методикам из Приложения. Опишите результаты диагностики.
	Тестирование /2 часа	
Модуль 2. Развитие интуиции		
Тема 8. Способы развития интуиции	Лекция/10 часов	Способы развития интуиции. Основные принципы
	Практическое занятие 8 /4 часа	Выполните задания: 1. Способы развития интуиции. Какие способы Вы возьмёте на вооружение? 2. Объясните, каким образом арт-терапия развивает интуицию. 3. Выполните «технику трех пальцев». Опишите Ваши результаты и инсайты. 4. Выполните упражнение «Слепое чтение». Опишите Ваши результаты и инсайты.
	Тестирование /2 часа	
Тема 9. Осознанность, ресурсное и потоковое состояния	Лекция/15 часов	Осознанность, ресурсные и потоковые состояния. Вхождение в «ресурсное состояние»
	Практическое занятие 9 /4 часа	Выполните задания: 1. Охарактеризуйте понятия «осознанность», «ресурсные» и «потоковые состояния». 2. Какие существуют виды ресурсов? Приведите примеры. 3. Проведите диагностику своего ресурсного состояния. Опишите получившиеся результаты.
	Тестирование /2 часа	
Тема 10. Дыхательные практики и медитация	Лекция/10 часов	Медитация. Дыхательные практики
	Практическое занятие 10 /4 часа	Выполните задания: 1. Кратко охарактеризуйте понятие медитации и для чего она нужна. 2. Какой эффект оказывают дыхательные практики? 3. Выполните любую на Ваш выбор технику медитации. Опишите ваши ощущения после её выполнения. 4. Выполните любую на Ваш выбор дыхательную технику. Опишите ваши ощущения после её выполнения.
	Тестирование /2 часа	
Тема 11. Тренировка «Состояние победителя»	Лекция/10 часов	Тренировка «Состояние победителя». Основные принципы
	Практическое занятие 11 /4 часа	Выполните задания: 1. Кто такой победитель? Перечислите черты и характеристики победителя. 2. Какие привычки следует развивать в себе, чтобы быть успешным? 3. Выполните технику «Положительный якорь». Опишите Ваше состояние, осознание после выполнения упражнения.

		4. Составьте для себя план по тренировке состояния победителя.
	Тестирование /2 часа	
Тема 12. Внутренние зажимы. Техники для снятия внутренних зажимов	Лекция/15 часов	Внутренние зажимы. Техника вегетотерапии
	Практическое занятие 12 /4 часа	Выполните задания: 1. Какие бывают внутренние зажимы? К чему они приводят? 2. Почему важно снимать внутренние зажимы? 3. Проведите самодиагностику наличия мышечных зажимов. Для этого окиньте мысленным взором свое тело, проследите, расслаблены ли кисти, предплечья, лопатки, голени, стопы... Не забудьте и о мышцах лица. Не сведены ли к переносице? Не нахмурен ли лоб? Не сжаты ли челюсти? Опишите получившиеся результаты. 4. Выполните техники, которые позволят снять выявленные Вами зажимы. Опишите, какие упражнения Вы выполняли. Поделитесь Вашими ощущениями после проделанных упражнений.
	Тестирование /2 часа	
Тема 13. Тренировка «Образ здорового человека»	Лекция/8 часов	Тренировка «Образ здорового человека». Основные принципы
	Практическое занятие 13 /4 часа	Выполните задания: 1. Докажите, что техника визуализации является эффективным инструментом для достижения самоисцеления. 2. Опишите алгоритм проведения аутогенной тренировки. 3. Как с помощью НЛП можно создать образ здорового себя? 4. Выполните любую технику из лекционного материала по созданию «Образа здорового человека». Опишите процесс её выполнения и Ваши инсайты по завершении упражнения.
	Тестирование /2 часа	
Тема 14. Работа с негативными установками	Лекция/10 часов	Работа с негативными установками. Основные принципы
	Практическое занятие 14 /4 часа	Выполните задания: 1. Объясните, что такое негативные установки и как они влияют на нашу жизнь?. 2. Какие существуют методы работы с негативными установками? 3. Пройдите Тест «Оценка негативных установок». Выявите Ваши негативные установки и запишите их. 4. Запишите к каждой негативной установке по 1-3 аффирмации. Зачитывайте их каждый день. Составьте план ваших дальнейших действий по улучшению Вашей жизни.
	Тестирование /2 часа	
Тема 15. Техники создания будущего: визуализация,	Лекция/15 часов	Техники визуализации. Создание позитивного образа будущего. Целеполагание. Ценностный образ себя

целеполагание, ценностный образ себя и т.д.	Практическое занятие 15 /4 часа	Выполните задания: 1. Выполните любую технику на выбор по созданию позитивного образа будущего. Опишите результаты Вашей работы. 2. Письменно разберите 3 Ваших цели по критериям SMART. Сделайте вывод. 3. Выполните технику «Колесо баланса». Ответьте на вопросы: 1) Как Вы думаете, если бы это было колесо, на котором Вы движетесь по своему жизненному пути, насколько Вам удобно было бы ехать на таком колесе? 2) Что Вы хотели бы сделать с этим колесом? 3) Изменения в какой области даже на 1 балл приведут к изменениям в других сферах? Какие результаты Вы бы хотели получить в ближайшее время в этой области? Когда Вы достигните этого результата, то на сколько баллов Вы подниметесь от 1 до 10? Какие изменения в этой области влияют на все остальные? 4) Какие самые первые шаги можно сделать уже сейчас, чтобы двигаться к желаемым результатам? 4. Выполните упражнение «Ценностный образ себя». Опишите результаты Вашей работы.
	Тестирование /2 часа	
Тема 16. Тренинг развития сенсорики	Лекция/15 часов	Системы восприятия. Тренинг развития сенсорики
	Практическое занятие 16 /4 часа	Выполните задания: 1. Объясните, какую роль в жизни человека играет восприятие. 2. Почему важно уметь работать со своими репрезентативными системами? 3. Определите Вашу ведущую репрезентативную систему. Для этого вспомните свой отпуск. Обратите внимание, каким было первое возникшее воспоминание? Картинка, звук или ощущение? Каким образом можно развить репрезентативные системы? 4. Выполните любые упражнения на Ваш выбор по развитию сенсорики. Опишите полученный Вами опыт, Ваши впечатления. Что дают упражнения по развитию сенсорики?
	Тестирование /2 часа	
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /3 часа	

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – от 50 до 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее

и глубокое изучение литературы;

- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;

- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;

- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы

- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список информационных источников и литературы

1. Барабанщиков, В. А. Психология восприятия: организация и развитие перцептивного процесса: учебное пособие: [16+] / В. А. Барабанщиков. – Москва: Когито-Центр, 2006. – 241 с. – (Университетское психологическое образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56526> (дата обращения: 27.02.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 5-89353-194-9. – Текст: электронный.
2. Васильева, И. В. Теоретические и экспериментальные проблемы профессиональной интуиции сотрудников МВД: учебное пособие: [16+] / И. В. Васильева, П. Е. Григорьев; Тюменский государственный университет. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2017. – 206 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574475> (дата обращения: 27.02.2024). – Библиогр.: с. 183 - 186. – ISBN 978-5-400-01420-8. – Текст: электронный.
3. Грудницкая, Н. Н. Оздоровительные телесно-ориентированные технологии: учебное пособие: [16+] / Н. Н. Грудницкая; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2014. – 209 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457277> (дата обращения: 27.02.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
4. Карлов, Д. Йога Знания: практики самореализации: практическое пособие: [16+] / Д. Карлов. – Вологда: Родники, 2021. – 288 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=617197> (дата обращения: 27.02.2024). – ISBN 978-5-9729-5008-9. – Текст: электронный.
5. Малкина-Пых, И. Г. Психосоматика: практикум: [16+] / И. Г. Малкина-Пых. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 459 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598196> (дата обращения: 27.02.2024). – Библиогр.: с. 450-457. – ISBN 978-5-4499-1600-6. – DOI 10.23681/598196. – Текст: электронный.
6. Маслова, А. В. Qui pro quo. Интуитивные основы разума / А. В. Маслова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2021. – 182 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:

- <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602515> (дата обращения: 27.02.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-2005-8. – Текст: электронный.
7. Ориентиры: сборник научных трудов / ред. Т. Б. Любимова. – Москва: Институт философии РАН, 2001. – 188 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=40007> (дата обращения: 27.02.2024). – ISBN 5-201-02049-6. – Текст: электронный.
8. Развитие личности / гл. ред. В. С. Мухина; учред. Московский педагогический государственный университет, В. С. Мухина. – Москва: Прометей, 2013. – № 4. – 257 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=501065>. – ISSN 2071-9788. – Текст: электронный.
9. Удалова, Т. Ю. Эмоциональная саморегуляция с использованием аутогенной тренировки: учебное пособие: [16+] / Т. Ю. Удалова; Омский государственный педагогический университет. – Омск: Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2019. – 70 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616315> (дата обращения: 27.02.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8268-2213-4. – Текст: электронный.
10. Штейнер, Р. Путь к самопознанию человека в восьми медитациях / Р. Штейнер; Разрешенный автором перевод. – [Москва]: Духовное знание, [1913]. – 96 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711333> (дата обращения: 27.02.2024). – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений
1	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	09.11.2023
2	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	27.02.2024

Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. Расположите в правильном порядке последовательность этапов творческого процесса по Г. Уоллесу

1. Инкубация (отвлечение от задачи и переключение на другой предмет)
2. Проверка (испытания и реализация решения)
3. Подготовка (формулировка задачи и начальные попытки ее решения)
4. Инсайт/озарение (интуитивное проникновение в сущность задачи)

2. К основным шкалам Опросника представлений о собственной интуиции П.Е. Григорьева, И.В. Васильевой относятся: _____.

Выберите один или несколько ответов:

1. сила интуиции
2. уверенность интуиции
3. визуальная, аудиальная и кинестетическая модальности интуиции
4. точность интуиции
5. направленность на прошлое, настоящее, будущее
6. временная направленность интуиции
7. активация интуиции в обыденных или экстремальных, трудных ситуациях
8. интенциональность интуиции

3. Какие формы, согласно теории об интуиции М. Бунге, имеет интеллектуальная интуиция?

Выберите один или несколько ответов:

1. Интуиция как восприятие
2. Интуиция как ум
3. Интуиция как воображение
4. Интуиция как оценка

4. Отметьте недостающий элемент в схеме.

Выберите один ответ:

1. Научный подход
2. Ригидность
3. Гибкость

5. Согласно исследованиям И.В. Васильевой и П.Е. Григорьева, чаще всего результативность предсказаний связана прежде всего _____.

Выберите один ответ:

1. с активностью
2. с агрессивностью
3. с тревожностью

6. Расположите в правильном порядке последовательность шагов диагностики ресурсного состояния

1. Изучите рабочие привычки
2. Оцените продуктивность

3. Сделайте инвентаризацию своих ресурсов
4. Оцените способы восстановления энергии
5. Проанализируйте результаты
6. Оцените энергетический запас

7. Какая медитативная техника является метафорическим отражением представлений человека о самом себе и о своем жизненном пути?

Выберите один ответ:

1. «Встреча с мудрецом»
2. «Судно, на котором я плыву»
3. «Лошадь в степи»

8. Сутью какого упражнения является наглядная демонстрация несостоятельности и противоречий убеждений пациента, поиск в них логических ошибок?

Выберите один ответ:

1. Возврат в прошлое
2. Это не катастрофа
3. Сократовский диалог
4. Эксперимент

9. Введите пропущенное слово (в нужном числе и с учетом требуемого падежа):

В широком смысле _____ состояние — это наличие физических, эмоциональных, ментальных и духовных сил, а также энергии для решения жизненных задач.

10. Введите пропущенное слово (в нужном числе и с учетом требуемого падежа):

Техника трех пальцев базируется на принципе _____ – мы якорим альфа-состояние на жест из трех пальцев, сложенных вместе.

Примеры заданий для практической работы

1. Дайте ответы:

1. Назовите и охарактеризуйте основные пути познания мира человеком.
2. Какова роль интуиции в познании мира?
3. Чем интуитивное мышление отличается от логического?
4. Какова связь интуиции и творчества?

2. Выполните задания:

1. Разработайте схему «Виды интуиции».
2. Перечислите и кратко охарактеризуйте этапы интуиции.