

ИНСТРУКЦИОННО – ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

по дисциплине: ОП. 02 Психология

Практическое занятие № 3

ТЕМА: Темперамент.

НАИМЕНОВАНИЕ РАБОТЫ: Исследование типов темперамента. Определение темперамента по тесту Обозова Н. Н. и опроснику Айзенка.

ЦЕЛЬ: Ознакомиться с методиками исследования типов темперамента.

ПРИБРЕТАЕМЫЕ НАВЫКИ:

1. Уметь внимательно читать и выбирать необходимый материал по диагностике типов темперамента.
2. Знать теоретический материал и применять его при диагностировании.
3. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности будущего педагога дошкольного образования.

НОРМА ВРЕМЕНИ: 2 часа.

МЕСТО РАБОТЫ: Учебный кабинет колледжа

ОСНАЩЕНИЕ И ОБОРУДОВАНИЕ: ИТК, рабочая тетрадь, ручка, мультимедиа, компьютер, секундомер.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ: соблюдение порядка и правил поведения на рабочем месте.

ЛИТЕРАТУРА:

- 1) Тест Айзенка по типу темперамента: <https://wikigrowth.ru/tests/test-na-temperament-mpi/>
- 2) Тест по типу темперамента: <https://testometrika.com/personality-and-temper/questionnaire-eysenck-pen/>
- 3) Чередникова Т.В. Тесты для подготовки и отбора детей в школы: рекомендации практического психолога. СПб.: Стройлеспечать, 2019. - с. 29.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ:

1. Инструктаж по технике безопасности.
2. Выполнение заданий.

Ход выполнения работы:

Задание 1. Ознакомиться с методикой диагностики типов темперамента, автор - Обозов Н. Н. (очень внимательно все прочитайте, сопоставьте, что вам предстоит сделать перед тем, как начать проходить тест). (Материал представлен в теоретических сведениях).

Задание 2. Пройти методику диагностики типов темперамента. Ссылка на онлайн тест Айзенка по типу темперамента: <https://testometrika.com/personality-and-temper/questionnaire-eysenck-pen/> или <https://wikigrowth.ru/tests/test-na-temperament-mpi/> Результат запишите в рабочую тетрадь. Напишите вывод в рабочую тетрадь.

Теоретические сведения

Тест на определение типа темперамента, (автор - Обозов Н. Н.)

Последовательность выполнения работы

Ознакомиться с инструкцией по выполнению заданий методики и выполнить задания четырёх анкет.

Инструкция: Вам необходимо ответить на 20 вопросов каждой из четырёх анкет. Отвечать на вопросы надо либо «да» (+), либо «нет» (-), делая соответствующие отметки в бланке ответов.

Анкета №1

- Вы: 1. Спокойны и хладнокровны?
2. Последовательны и обстоятельны в делах?
3. Осторожны и рассудительны?
4. Умеете молчать?
5. Молчаливы и не любите попусту болтать?
6. Обладаете спокойной равномерной речью, с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики?
7. Сдержанны и терпеливы?
8. Доводите начатое дело до конца?
9. Не растрачиваете попусту сил?
10. Строго придерживаетесь выработанного распорядка жизни, системы в работе?
11. Легко сдерживаете порывы?
12. Мало восприимчивы к одобрению и порицанию?
13. Незлобны, проявляете снисходительное отношение к шуткам в свой адрес?
14. Постоянны в своих отношениях и интересах?
15. Медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одного на другое?
16. Уравновешенны (ровны) в общении со всеми?
17. Любите аккуратность и порядок во всем?
18. С трудом приспосабливаетесь к новой обстановке?
19. Инертны, малоподвижны, вялы?
20. Обладаете выдержкой?

Анкета №2

- Вы: 1. Веселы и жизнерадостны?
2. Энергичны и деловиты?
3. Часто не доводите начатое дело до конца?
4. Склонны переоценивать себя?
5. Способны быстро схватывать новое?
6. Неустойчивы в интересах и склонностях?
7. Легко переживаете неудачи и неприятности?
8. Легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам?
9. С увлечением беретесь за любое новое дело?
10. Быстро остываете, если дело перестает вас интересовать?
11. Быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую?
12. Тяготитесь однообразием, будничной, кропотливой работой?
13. Общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми?
14. Выносливы и работоспособны?

15. Обладаете громкой быстрой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой?
16. Сохраняете самообладание в неожиданной, сложной обстановке?
17. Обладаете всегда бодрым настроением?
18. Быстро засыпаете и пробуждаетесь?
19. Часто несобранны, проявляете поспешность в решениях?
20. Склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться?

Анкета №3

- Вы: 1. Стеснительны и застенчивы?
2. Теряетесь в новой обстановке?
 3. Затрудняетесь установить контакт с новыми людьми?
 4. Не верите в свои силы?
 5. Легко переносите одиночество?
 6. Чувствуете подавленность и растерянность при неудачах?
 7. Склонны «уходить в себя»?
 8. Быстро утомляетесь?
 9. Обладаете слабой, тихой речью, иногда снижающейся до шепота?
 10. Невольно приспособляйтесь к характеру собеседника?
 11. Впечатлительны до слезливости?
 12. Чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию?
 13. Предъявляете высокие требования к себе и к окружающим?
 14. Склонны к подозрительности?
 15. Болезненно чувствительны и легкоранимы?
 16. Чрезмерно обидчивы?
 17. Скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями?
 18. Малоактивны?
 19. Безропотно покорны?
 20. Стремитесь вызывать сочувствие у окружающих?

Анкета №4

- Вы: 1. Неусидчивы, суетливы?
2. Невыдержанны, вспыльчивы?
 3. Нетерпеливы?
 4. Резки и прямолинейны в отношениях с людьми?
 5. Решительны и инициативны?
 6. Упрямы?
 7. Находчивы в споре?
 8. Работаете рывками?
 9. Склонны к риску?
 10. Незлопамятны и необидчивы?
 11. Обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью?
 12. Неуравновешенны и склонны к горячности?
 13. Агрессивный забияка?
 14. Нетерпеливы к недостаткам?
 15. Обладаете выразительной мимикой?
 16. Способны быстро действовать?
 17. Неустанно стремитесь к новому?
 18. Обладаете резкими, порывистыми движениями?

19. Настойчивы в достижении поставленной цели?

20. Склонны к резким сменам настроения?

Бланк ответов

№	A1	A2	A3	A4
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
Итого общее кол-во положительных ответов.				

Количественная обработка результатов исследования.

1. По каждой анкете посчитать количество положительных ответов (A1, A2, A3, A4) и проставить их в итоговой строке.

2. Подсчитать общего количества положительных ответов ($A = A1 + A2 + A3 + A4$) по всем анкетам.

3. По формуле темперамента подсчитать в процентном соотношении типы темперамента.

$$ФТ = Ф (A1/A * 100) + С (A2/A * 100) + М (A3/A * 100) + Х (A4/A * 100)$$

4. Выявить доминирующие типы темперамента (или одного) исходя из следующих процентных соотношений. Если по какой-либо анкете набрано 40 % и более процентов положительных ответов, значит, данный тип темперамента является доминирующим. Если результат составляет 30 - 39 %, то качества данного типа темперамента выражены достаточно ярко; если 20 - 29 % - то средне выражены; если 10 - 19 % - то выражены в малой степени.

Качественная обработка результатов исследования

Оформить заключение по результатам исследования, используя качественную характеристику типов темперамента.

Краткая качественная характеристика типов темперамента

Сангвинистический – сильный уравновешенный, подвижный тип высшей нервной деятельности

Внешние проявления

Походка	Живая, подвижная
Жесты	Выразительные, изящные, разнообразные
Мимика	Богатая и живая, по лицу легко определить его настроение, отношение к человеку
Темп речи	Быстрый

Протекание психических процессов:

1. Протекают быстро, поспешно, поэтому и решения принимают поспешно, не задумываясь о последствиях.
2. Стремиться к частой смене впечатлений.
3. Чувства легко переходят от неудовольствия к удовольствию и наоборот; несущественный факт может рассердить.

Процесс общения:

1. Доброжелателен, необидчив.
2. Легко идет на контакт.
3. Хорошо владеет собой..

Таким образом, для сангвинистического типа темперамента характерна высокая психическая активность, работоспособность, стремительность и живость движений, стремление к частой смене впечатлений, лёгкость и быстрота реагирования на окружающие события, общительность. Эмоции - преимущественно положительные - быстро возникают и быстро сменяются. Сравнительно легко и быстро переживает неудачи. При неблагоприятных условиях и отрицательных воспитательных влияниях подвижность может вылиться в отсутствие сосредоточенности, неоправданную поспешность поступков, поверхностность.

Холеристический – сильный, неуравновешенный, подвижный тип высшей нервной деятельности.

Внешние проявления

Походка	Быстрая, энергичная, резкая
Жесты	Быстрые, резкие
Мимика	Выразительная
Темп речи	Очень быстрый (захлебывается словами)

Протекание психических процессов

1. Протекают быстро, поэтому над решением долго не задумывается.
2. Стремиться к частой смене впечатлений.
3. Предрасположен к вспыльчивости, раздражительности. Не умеет сдерживать себя, контролировать свои эмоции, т.е. в поведении не уравновешен.

Процесс общения

1. В процессе общения мнителен и обидчив, но обида быстро проходит.
2. Легко идет на контакт.
3. В поведении не уравновешен, особенно в конфликтной ситуации.

Таким образом, для холеристического типа темперамента характерен высокий уровень психической активности, энергичность действий, резкость, стремительность, сила

движений и их быстрый темп, порывистость. Кроме этого, для данного типа темперамента характерна склонность к резким сменам настроения, вспыльчивость, нетерпеливость, подверженность эмоциональным срывам, иногда проявляет агрессивность. При отсутствии надлежащего воспитания недостаточная эмоциональная уравновешенность может привести к неспособности контролировать свои эмоции в трудных жизненных ситуациях.

Флегматический – сильный, уравновешенный, малоподвижный тип высшей нервной деятельности.

Внешние проявления

Походка	Медленная, плавная
Жесты	Однообразные
Мимика	Бедная
Темп речи	Неторопливый

Протекание психических процессов

1. Протекают медленно, много времени требуется на обдумывание решения, решения принимает правильные.
2. Выдержан, терпелив, хорошее самообладание.
3. Эмоции проявляет слабо.

Процесс общения

1. В меру общителен.
2. Контакт затруднен, испытывает трудности при вступлении в контакт.
3. В поведении уравновешен.

Таким образом, флегматический тип темперамента характеризуется низким уровнем психической активности, медлительностью. Флегматики нелегко переключаются с одной деятельности на другую и трудно приспосабливаются к новой обстановке. Чувства и настроения обычно отличаются постоянством, причём, настроение преобладает спокойное и ровное. При неблагоприятных условиях может развиваться вялость, бедность эмоций, склонность к выполнению однообразных действий.

Меланхолический – слабый, неуравновешенный, малоподвижный тип высшей нервной деятельности.

Внешние проявления

Походка	Замедленная
Жесты	Вялые, медленные, невыразительные
Мимика	Невыразительная
Темп речи	Медленный

Протекание психических процессов

1. протекают очень медленно, поэтому нерешительный и пассивный, долго колеблется, прежде чем принять решение.
2. Замкнут, застенчив.
3. Эмоционально легко раним, глубоко переживает даже незначительное событие, но все внутри себя.

Процесс общения

1. Малообщителен, подозрителен, доброжелателен, отзывчив, робок, избегает конфликтов.

2. Контакт затруднен.

3. Настроение грустное, лирическое. В поведении уравновешен.

Таким образом, для меланхолического типа темперамента характерен низкий уровень психической активности, замедленность движений, сдержанность мимики и речи, быстрая утомляемость. Для данного типа темперамента характерна высокая эмоциональная чувствительность к происходящим с ним событиям, обычно сопровождающаяся повышенной тревожностью. Эмоции глубоки и устойчивы при слабом их внешнем проявлении, причём преобладают отрицательные эмоции. При неблагоприятных условиях может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчуждение, боязнь новых ситуаций, людей и различного рода испытаний.

ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОТЧЕТА: /указываются требования к оформлению отчета с обязательными выводами/

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

- 1) Какая методика вызвала у вас больший интерес, почему?
- 2) Для чего необходимо проведение тестирования выявления типов темперамента?
- 3) Что нового вы узнали при выполнении практического занятия?

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ: /на усмотрение преподавателя/

Преподаватель _____ /Н.Н. Насекина/