Практическое занятие № 33

Решение психологических задач по теме «Темперамент».

**Общие правила к оформлению работы:**

**-**в теоретической части д.б. прописаны все основные понятия, теоретические вопросы (кратко);

- в практической части д.б. оформлен ход проведения методик и сделаны выводы.

Методика: «Формула темперамента» (А. Белов)

***Инструкция***: отметьте знаком «+» те качества в «паспорте» темперамента, которые для вас обычны, повседневны.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  |  |  |  |
| Итого: | Итого: | Итого: | Итого: |

Итак, если 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; 11) обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью; 12) неуравновешенны и склонны к горячности; 13) агрессивный забияка; 14)нетерпимы к недостаткам; 15) обладаете выразительной мимикой; 16) способны быстро действовать и решать; 17) неустанно стремитесь к новому; 18) обладаете резкими порывистыми движениями; 19) настойчивы в достижении поставленной цели; 20) склонны к резким сменам настроения - то вы чистый **холерик.**

Если 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 на другую; 12) тяготитесь однообразием будничной кропотливой работы; 13) общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми; 14) выносливы и работоспособны; 15) обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся жестами, выразительной мимикой; 16) сохраняете самообладание в неожиданной сложной обстановке; 17) обладаете всегда бодрым настроением; 18) быстро засыпаете и просыпаетесь; 19) часто не собраны, проявляете поспешность в решениях; 20) склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться - то вы, конечно же,**сангвиник.**

Если вы: 1) спокойны и хладнокровны; 2) последовательны и обстоятельны в делах; 3) осторожны и рассудительны; 4) умеете ждать; 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; 10) придерживаетесь выработанного распорядка дня, жизни, системы в работе; 11) легко сдерживаете свои порывы; 12) мало восприимчивы к одобрению порицанию; 13) незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес; 14) постоянны в своих отношениях и интересах; 15) медленно включаетесь в работу и медленно переключаетесь с одного дела на другое; 16) ровны в отношениях со всеми; 17) любите аккуратность и порядок во всем; 18) с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке; 19) обладаете выдержкой; 20) несколько медлительны - то вы **флегматик.**

Если вы: 1) стеснительны и застенчивы; 2) теряетесь в новой обстановке; 3)затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми; 4) не верите в свои силы; 5) легко переносите одиночество; 6) чувствуете подавленность и растерянность при неудачах; 7) склонны уходить в себя; 8) обладаете тихой речью; 9) невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника; 10) впечатлительны до слезливости; 11) чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию; 12) предъявляете высокие требования к себе и окружающим; 14) склонны к подозрительности, мнительности; 15) болезненно чувствительны и легко ранимы; 16) чрезмерно обидчивы; 17) скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями; 18) малоактивны и робки; 19) уступчивы, покорны; 20) стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих - то вы **меланхолик.**

**Обработка результатов.**Если количество положительных ответов в «паспорте» темперамента того или иного типа составляет 16-20, то это значит, что у вас ярко выражены черты данного типа темперамента. Если же ответов насчитывается 11-15, значит качества данного темперамента присущи вам в значительной степени. Если положительных ответов 6-10, то качества данного типа присущи вам совсем в небольшой степени. А теперь определите формулу темперамента:

Фт=(Х(Ах/А)х 100%) + (С(Ас/А) х 100%) + (Ф(Аф/А) х 100%) + (М(Ам/А) х 100%)

Фт - формула темперамента,

X - холерический темперамент,

С -сангвинический темперамент,

Ф - флегматический,

М - меланхолический темперамент,

А - общее число плюсов по всем типам,

Ах - число плюсов в «паспорте холерика»,

Аф - число плюсов в «паспорте флегматика».

Ас - число плюсов в «паспорте сангвиника»,

Ам — число плюсов в «паспорте меланхолика».

В конечном виде формула темперамента приобретает такой, например, вид:

Фт = 35%Х + 30%С + 14%Ф + 21%М.

Это значит, что данный темперамент на 35% холерический, на 30% сангвинический, на 14% флегматический, на 21% меланхолический. Если относительный результат числа положительных ответов по какому-либо типу составляет 40% и выше, значит, данный тип темперамента является у вас доминирующим, если 30-39% - то качества данного типа выражены достаточно ярко, если 20-29%, то качества данного типа выражены средне, если 10-19%, то качества данного темперамента выражены в малой степени.

Практическое занятие № 34

«Типы темперамента.Решение ситуационных задач»

Ход работы:

1. Дайте определения терминам«темперамент»,«характер».
2. Решите ситуационные задачи.Определите тип темперамента и дайте рекомендации по оптимизации деятельности и поведения.

*Например: Меланхолик. Не рекомендуется выбирать работу, связаннуюсобщениемслюдьми,высокимуровнемответственностии требующую больших затрат энергии.Рекомендуется выбирать творческое направление деятельности или работу, не связанную с постоянным контактом с людьми (НО! При ответе ориентируетесь на конкретную задачу).*

**Ситуационные задачи:**

Задача 1.

**Основные признаки:** общительность, неспособность довести дело до конца, доброжелательность, восторженность, неусидчивость. **Ситуационный пример:** в одной из лабораторий полимерного предприятия освободилась должность заведующего лабораторией. На это место был принят Ахмет Ниязбекович Ахметов. Человек дружелюбный, общительный, доброжелательный. Мгновенно он со всеми перезнакомился, всем понравился, стал «душой коллектива». В результате большую часть времени он проводил в общении с коллегами, частенько забывая о своих прямых обязанностях. Как правило, «рутинные», «будничные» дела были ему неинтересны, зато он всегда был полон новыми «гениальными» идеями, постоянно носился с «проектами века», которые редко, впрочем, получали реальноевоплощение.АхметНиязбековичнедоводилначатые деладо конца, нередко хватаясь за что-то новое. В итоге страдала работа, так как исследования требуют совершенно иного отношения. Он и сам понял,что такая работа ему не по душе,и, уйдя из лаборатории, нашел работу менеджера, на которой его инициативность, энергичность, организаторские способности проявились в полной мере.

Задача2.

**Основные признаки:** замкнутость, обособленность, медлительность, самостоятельность, подчинение чувств рассудку.

**Ситуационный пример:**главный инженерАлександр Алексеевич был прекрасным работником и всю свою жизнь посвятил работе в ущерб личной жизни.

Он был профессионалом высокого класса в своей области и работал хоть и медленно, но тщательно. Но, несмотря на это, сослуживцы недолюбливали его, так как он, как им казалось, ставил себя выше их. Он никогда не подходил к ним поболтать и посмеяться, ничего не рассказывал о себе и общался только с двумя-тремя такими же, как он. Александр Алексеевич редко участвовал в неформальных мероприятиях, устраиваемых сотрудниками, а если и приходил, то садилсявуголичиталкнигу.Нобольшевсегоихраздражало,чтоесли к нему подойдешь с вопросом по работе, он либо очень вежливо ответит: «Я занят», либо начнет говорить что-то очень сложное и заумное. Впрочем, и сам он за помощью не обращался.

Задача3.

**Основные признаки:** замкнутость, нерешительность, склонность к аналитике, боязнь ответственности, рациональность **Ситуационный пример:** Николай Павлович в коллективе прослыл человекомрациональным,добросовестным,нокрайненеобщительным, замкнутым. Зная его способность к анализу, стремление все исследовать, исполнительность, ему поручали доработку инвестиционных проектов, которые нужно было выполнить определенномусроку.ВочередномпроектеНиколайПавловичвыявил резервы, не замеченные разработчиком, а это были немалые средства, которыеможнобылоиспользоватьсгораздобольшейэффективностью, однако высказать это не решился, поскольку боялся ответственности, не был уверен в себе.

Задача4.

**Основные признаки:** волевой, аккуратный, властолюбивый, эгоистичный, агрессивный.

**Ситуационный пример:** Роман Алексеевич добился своей должности исключительно благодаря своим пробивным качествам, а не квалификации. Поставив своей целью занять должность начальника отдела,онмедленно,новерно,неотступаяотнамеченногокурса,задва года решил свою задачу. Он твердой рукой вел свой «корабль» к цели, тщательнопродумываллюбуюмелочь,умелвсечеткоорганизовать,

Был удивительно аккуратным человеком,однаконельзясказать,что он сталхорошимначальником.Первое,чтоонсделал,придявотдел,

- дал понять, что он здесь хозяин. Всех людей, которые чем-то ему не нравилисьиликак-тодосадилиемувпрошлом,он проучил, используя выговоры и штрафы, придираясь к ним по пустякам.

Со своими подчиненными держался заносчиво и никогда не выслушивал их предложений и советов. Критику в свой адрес от подчиненныхонсловнонеслышал,затопохвалыоченьлюбил

Задача5.

**Основные признаки:** несамостоятельность, несобранность, покорность, нерешительность, консервативность.

**Ситуационный пример:** всех сослуживцев удивляло, почему Петр Петрович до сих пор находится в такой низкой должности - простой менеджер отдела продаж. Доброжелательный и мягкий, он легко находилязыкслюбымклиентом,прекрасноработал,былчрезвычайно дисциплинированным и исполнительным. Его недостатком была, пожалуй, чрезвычайная консервативность и стремление во всем следовать мнению большинства. Он соблюдал все традиции и нормы поведениявколлективе.Робкий,несамостоятельныйинерешительный Петр Петрович боялся каждого разговора с начальством. Поэтому, когда дело в отделе доходило до очередного назначения, в списке кандидатов Петр Петрович неизменно отсутствовал и должность получали другие, менее квалифицированные, но зато более решительные.

Задача 6.

**Основные признаки:** отсутствие твердых внутренних принципов, активность, легкий нрав, контактность.

**Ситуационный пример:** Аман Бекболатович славился в кругу друзей своей общительностью, легким нравом и активность. Он прекрасно сходился с людьми, но совершенно в них не разбирался, способен подружиться с первым встречным. На работе он по большей части бездельничал, болтал с сослуживцами и играл на компьютере, часто опаздывал. Однажды его знакомый предложил ему дать кое-какие сведения о фирме, где он работал, обещая за это деньги и говоря, что этосовершеннобезопасно.АманБекболатовичсогласился,

практически не раздумывая. Когда начальник застал его «на месте преступления»,АманБекболатовичдаженеотпирался.Он покорно подчинился начальнику, который перевел его в другой отдел, на более низкую должность и в дальнейшем прекрасно работал на новом месте под постоянным контролем начальника. Правда, как только контроль ослабевал, он начинал халатно относиться к своим обязанностям, и начальнику приходилось снова «закручивать гайки».