



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
«САМАРСКИЙ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

ОП.16

Этика и психология профессиональной деятельности

ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ
40.02.02 Правоохранительная деятельность

г.о. САМАРА, 2023

Рабочая тетрадь для практических работ по ОП.16 «Этика и психология профессиональной деятельности»

для специальности: 40.02.02 Правоохранительная деятельность

Автор-составитель – Зотова Г.И., преподаватель, ГБПОУ «ССПК»

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	4
2.	Тематический план проведения практических работ	6
3.	Задания для практических работ	7
4.	Список источников	26
5.	Приложение	28

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая тетрадь для практических работ по дисциплине ОП.16 Этика и психология профессиональной деятельности разработаны для обучающихся по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

Рабочая тетрадь составлена в соответствии с рабочей программой дисциплины. Практические занятия проводятся в соответствии с календарно-тематическим планом и обязательны для всех обучающихся.

Целью рабочей тетради является обеспечение эффективности организации практических занятий обучающихся в процессе изучения по ОП.16 Этика и психология профессиональной деятельности. В процессе выполнения практических заданий у обучающихся формируются следующие умения:

- давать психологическую характеристику личности, применять приёмы делового общения и правила культуры поведения;
- следовать этическим правилам, нормам и принципам в профессиональной деятельности;
- объяснить собственную позицию (отношение) к конкретным нравственным ситуациям в семье;
- осознанно выбирать способы поведения в конкретных жизненных ситуациях в соответствии с освоенными базовыми семейными ценностями

В рамках изучаемой дисциплины проводится работа над формированием общих и профессиональных компетенций, определенных ФГОС СПО по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 6. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития

ОК 8. Правильно строить отношения с коллегами, с различными категориями граждан, в том числе с представителями различных национальностей и конфессий

ОК 11. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 12. Выполнять профессиональные задачи в соответствии с нормами морали, профессиональной этики и служебного этикета.

ПК 1.1. Юридически квалифицировать факты, события и обстоятельства. Принимать решения и совершать юридические действия в точном соответствии с законом

ПК 1.2. Обеспечивать соблюдение законодательства субъектами права

ПК 1.11. Обеспечивать защиту сведений, составляющих государственную тайну, сведений конфиденциального характера и иных охраняемых законом

тайн

ПК 2.1. Осуществлять организационно-управленческие функции в рамках малых групп, как в условиях повседневной служебной деятельности, так и в нестандартных условиях, экстремальных ситуациях

Оценки за выполнение практических работ выставляются по пятибалльной системе.

Оценки за практические работы являются обязательными текущими оценками по дисциплине ОП.16 Этика и психология профессиональной деятельности и выставляются в журнале теоретического обучения. Всего на организацию практических работ отведено 20 часов. Всего 132 (88 час.- теоретические занятия, 20 – практические, 44 час. – самостоятельная работа). В конце изучения курса – дифференцированный зачет.

В 3 семестре на организацию практических работ отведено 15 часов, в 4 семестре - 5 часов.

Критерии оценки практических работ:

5 баллов – работа выполнена в полном объеме, в соответствии с заданными требованиями.

4 балла – работа выполнена в недостаточно полном объеме, либо имеются неточности в выполнении.

3 балла – работа выполнена не в полном объеме, имеются ошибки.

2 балла – работа не выполнена, выполнена неправильно, работу необходимо переделать.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

№ УЧ. НЕДЕЛИ	ТЕМА ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ	КОЛ-ВО ЧАСОВ
1	Практическое занятие 1. Понятие «стыд». Понятие «совесть». Требование совести и требование общества	1
2	Практическое занятие 2. Счастье и смысл жизни – высшие духовные ценности личности	1
2	Практическое занятие 3. Понятие «мужественность». Составляющие мужественности. Понятие «женственность». Составляющие женственности	1
3	Практическое занятие 4. Любовь в подростковом возрасте. Нравственность как основа взаимоотношений между юношами и девушками в добрачный период	1
3	Практическое занятие 5. Брак гражданский и религиозный. Свадебные обряды в религиозных традициях народов России. Нормы брака. Предназначение брака. Обязанности супругов друг перед другом	1
4	Практическое занятие 6. Уникальность человеческой жизни. Когда начинается человеческая жизнь. Влияние аборта на здоровье и психику женщины и окружающих ее людей	1
5	Практическое занятие 7. Традиции семьи, рода, народа. Воспитание чести и долга в семье. Понятия «традиции», «семейные ценности»	1
5	Практическое занятие 8. Семья в жизни человека, семейная культура, традиционные семейные ценности в истории России XX-XXI веков	1
6	Практическое занятие 9. Основные этапы развития психологической науки	1
7	Практическое занятие 10. Психология познавательных процессов	1
8	Практическое занятие 11. Изучение индивидуальных способностей	1
9	Практическое занятие 12. Определение типов темперамента	1
10	Практическое занятие 13. Конфликт: структура, динамика, стратегии поведения	1
11	Практическое занятие 14. Структура и актуальные нравственно-психологические проблемы общения	1
12	Практическое занятие 15. Применение приемов публичного выступления в профессиональной деятельности юриста	1
20	Практическое занятие 16. Добро и зло – основные этические категории	1
23	Практическое занятие 17. Определение сходства и различий между моралью и правом	1
25	Практическое занятие 18. Сравнительный анализ этических кодексов	1

Практическое занятие 2

Счастье и смысл жизни – высшие духовные ценности личности

1. Можно ли утверждать, что в приведенном ниже индийском изречении выражен смысл жизни? «Когда ты явился на свет, ты плакал, а все другие радовались; сделай же так, чтобы, когда ты будешь покидать свет, все плакали, а ты один улыбался»

2. Известно, что счастье каждый понимает по-своему. Возможно ли общее определение счастья, которое бы было справедливым для всех?

3. О каких условиях счастья говорят пословицы разных народов?

- «У дурака и счастье глупое» (китайская)
- «Счастье приходит в дом, где слышен смех» (японская)
- «Кто за счастье борется, к тому оно и клонится» (русская)
- «Пока горя не увидал, счастья не поймешь» (армянская)
- «Не бывать бы счастьем, да несчастье помогло» (русская)

4. В чем Вы видите смысл Вашей жизни?

Практическое занятие 5

Брак гражданский и религиозный. Свадебные обряды в религиозных традициях народов России. Нормы брака. Предназначение брака

1. Опираясь на учебную литературу и лекционные материалы, опишите способы оформления брачно-семейных отношений

2. Напишите свое отношение к «гражданскому браку»

Практическое занятие 6

Уникальность человеческой жизни. Когда начинается человеческая жизнь. Влияние аборта на здоровье и психику женщины и окружающих ее людей

Напишите рассуждения относительно следующего вопроса.

«Искусственное прерывание беременности вызывает у населения разных стран прямо противоположную реакцию. При этом борьба мнений ведется под знаком соблюдения либо прав матери (сторонники аборта), либо прав «не родившегося» ребенка (противники аборта). Чьи права поддерживаете Вы? С какого срока беременности должно реализовываться право ребенка на жизнь?»

Практическое занятие 9

Основные этапы развития психологической науки

1. Пользуясь материалами теоретического занятия и рекомендуемой литературой, составьте сравнительную таблицу «Основные этапы развития психологической науки», указывая для каждого этапа, период времени, предмет изучения психологии и краткую характеристику

Практическое занятие 10
Психология познавательных процессов

1. Пользуясь учебной литературой и материалами лекции, заполните сравнительную таблицу «Психология познавательных процессов»

№ п/п	Название познавательного процесса	Понятие	Виды	Особенности/ характеристики	Нарушения познавательного процесса
1	Ощущения				
2	Восприятие				
3	Представление				
4	Внимание				
5	Память				

6	Мышление				

Практическое занятие 11

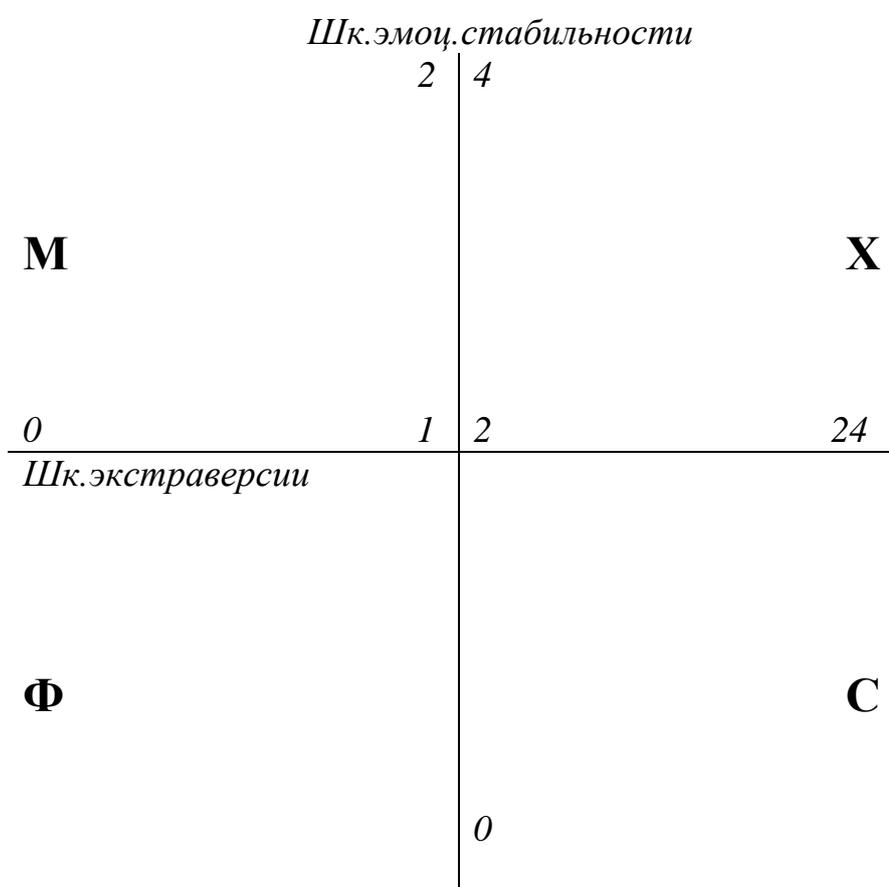
Изучение индивидуальных способностей

1. Пользуясь диагностической методикой определения коммуникативно-организаторских способностей, определите ваш уровень КОС (<https://psyttests.org/profession/kos1.html>)
2. Результат запишите в тетрадь. Проанализируйте полученный результат – предполагали ли Вы получить такой результат, как можно применить эти знания и ваши КОС. Может ли человек повлиять на свои способности – сформировать, развить их, или это определено природой и нужно принять как данность?...

Практическое занятие 12

Определение типов темперамента

1. Пользуясь диагностической методикой Г.Айзенка, определите преобладающий у Вас тип темперамента (Приложение 1)
2. Результат по каждой шкале запишите в соответствующей строке.
Шкала лжи _____ баллов.
Результат достоверен/сомнителен/не достоверен (обведите нужное)
Шкала интроверсии/экстраверсии _____ баллов
Шкала эмоциональной стабильности/нейротизма _____ баллов
3. Отложите 2 последних показателя на системе координат и определите свой тип темперамента



4. Напишите 8-10 характеристик преобладающего у Вас типа темперамента

Практическое занятие 13

Конфликт: структура, динамика, стратегии поведения

1. Внимательно изучите вопросы.

2. Посмотрите видеоматериал «Конфликт» по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=-Y6TaLPlwco>, проанализируйте его.

3. После просмотра запишите ответы на следующие вопросы:

1) Какие структурные элементы в этом конфликте Вам удалось выявить? Перечислите их

2) Определите инцидент. Какой момент отделяет конфликтную ситуацию от конфликта?

3) Используя все известные Вам классификации конфликтов, определите вид(ы) конфликта в данном примере

4) Какая стратегия поведения в конфликте была выбрана оппонентами?

Практическое занятие 14

Структура и актуальные нравственно-психологические проблемы общения

1. Работая в парах, проиграйте ситуации, употребив соответствующую этикетную лексику:

- а) Вы обращаетесь к библиотекарю за нужной Вам информацией
- б) как заведующий отделением колледжа представьте нового сотрудника директору учреждения, а затем работникам юридического отделения
- в) Вы пригласили на свой день рождения однокурсников. Познакомьте их с родителями и присутствующими гостями
- г) позвоните в учебную часть, чтобы договориться с преподавателем об индивидуальной консультации по курсовой работе
- д) Ваш сотрудник прекрасно выполнил служебное задание. Оцените его работу комплиментом

2. Проанализируйте проведенную работу, отметьте свои ошибки (или ошибки партнера по общению). Столкнулись ли Вы с какими-то сложностями при выполнении задания?

Практическое занятие 15

Применение приемов публичного выступления в профессиональной деятельности юриста

1. Письменно ответьте на вопросы:

- 1) Какие качества необходимы человеку, собирающемуся стать человеком публичным?

2) Какие качества речи, по вашему мнению, недостает Вам?

3) Каковы пути повышения качества речи?

2. Составьте текст публичного выступления продолжительностью 4 —5 мин, целью которой будет повлиять на мнение слушателей или побудить их действовать. Составьте конспект выступления. Приложите его к рабочей тетради

В дополнение к конспекту напишите план адаптации убеждающего выступления к вашей будущей аудитории, в котором рассмотрите следующие вопросы.

- 1) Как ваша цель адаптирована к установке, преобладающей в вашей аудитории: позитивной, негативной или нейтральной?
- 2) Какие доводы вы будете приводить и какую схему организации своей речи выберете для того, чтобы она соответствовала вашей теме и вашей аудитории?
- 3) Как вы собираетесь утверждать в глазах аудитории представление о себе как о достойном доверия человеке?
- 4) Как вы собираетесь мотивировать слушателей, используя стимулы или обращаясь к их эмоциям?

Для того чтобы правильно составить план выступления, воспользуйтесь учебной литературой

Практическое занятие 17

Определение сходства и различий между моралью и правом

1. Пользуясь учебной литературой, проведите сравнительный анализ морали и права
2. Заполните таблицу «Мораль и право: сходства и различия»

Сходства морали и права	
Различия морали и права	
Нормы морали	Нормы права

Практическое занятие 18

Сравнительный анализ этических кодексов полицейских европейских стран и Российской Федерации

1. Познакомьтесь с содержанием этических кодексов полицейских России и европейских стран
2. Составьте сравнительную таблицу. Основания для сравнения (критерии) сформулируйте самостоятельно. Таблицу оформите в удобной для зрительного восприятия форме.

Практическое занятие 19

Нормы служебного этикета

1. Составьте таблицу «Основные элементы делового этикета». Охарактеризуйте в ней принципы делового этикета, его основные элементы. Таблицу оформите в удобной для зрительного восприятия форме.

Список источников

Основная

1. Дубровина И.В. Психология: учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений. /И.В.Дубровина. - М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 464 с.
2. Немов Р.С. Психология. В 3-х книгах. Кн. 1. /Р.С.Немов. - М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2020. – 687 с.
3. Петровский А.В. Психология: учебник для студентов высших учебных заведений. /А.В.Петровский. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 512 с.
4. Красникова Е.А. Этика и психология профессиональной деятельности: учебник для студентов СПО. / Е.А.Красникова. – М.: ФОРУМ-ИНФРА-М, 2018. – 98с.
5. Афанасьева О.В. Этика и психология профессиональной деятельности юриста: Учебное пособие для студентов сред. проф. учеб. заведений. /О.В.Афанасьева, А.В. Пищелко. – М.: Издательский центр «Академия», 2021.
6. Моисеев Д.А. Нравственные основы семейной жизни: Учебное пособие. – Издательство «АБРИС», 2020. – 280 с.
7. Сорокотягин, И. Н. Профессиональная этика юриста : учебник для среднего профессионального образования / И. Н. Сорокотягин, А. Г. Маслеев. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 262 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00831-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511837>

Дополнительные источники

1. Андреева Г.М. Социальная психология. /Г.М.Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2016. – 363 с.
2. Андриенко Е.В. Социальная психология. /Е.В.Андриенко. -М., Академия, 2011
3. Гамезо М.В. Атлас по психологии. /М.В.Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Педагогическое общество России, 2014. – 276 с.
4. Глуханюк Н.С. Общая психология: учебник для студентов высших учебных заведений. /Н.С. Глуханюк. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 288 с.
5. Носков, И. Ю. Профессиональная этика юриста : учебник для среднего профессионального образования / И. Ю. Носков. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 277 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07827-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516185>

6. Смелзер Н. Социализация: основные проблемы и направления исследования. /Социальная психология: хрестоматия. /сост. Е.П.Белинская О.А.Тихомандрицкая. – М.: Аспект Пресс, 1999. – 475с., с. 327 – 349.
7. Степанов В.Е. Психология: Учебник. /В.Е.Степанов, В.П. Ступницкий. - М.: «Дашков и К⁰», 2013. – 732 с.
8. Таран, А. С. Профессиональная этика юриста : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. С. Таран. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 329 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00639-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511838>
9. Алтунина И.Р. Социальная психология: учебник для вузов / Алтунина И.Р.; под ред. Р.С. Немова. - 2-е изд. – М.: Издательство Юрайт, 2021. - 409 с.
10. Большая психологическая энциклопедия /Альмуханова А.Д. и др.– М.: Эксмо, 2007. – 542с.
11. Бычков В.В. Эстетика: учебник /Бычков В.В. - М.: КНОРУС, 2012. -528 с.
12. Волконский, С. М. О декабристах. Разговоры / С. М. Волконский. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 303 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-09482-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517312>
13. Колесникова, Г.И. Социология и психология семьи: учебник для вузов /Колесникова Г.И. - 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. - 263с.
14. Кривцун О. А. Эстетика: учебник для среднего профессионального образования /Кривцун О.А. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2021. - 549 с.
15. Моисеев Д.А. Нравственные основы семейной жизни. 10 класс: экспериментальное учебное пособие с мультимедийным приложением / иерей Дмитрий Моисеев, монахиня Нина (Крыгина). - Екатеринбург: Изд-во Екатеринбургской епархии; Ульяновск: ИнфоФонд, 2010. - 209 с.
16. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учебник для среднего профессионального образования /Обухова Л.Ф. – М.: Издательство Юрайт, 2021. - 460 с.
17. Шувалова, Н. Н. Этика государственной и муниципальной службы : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. Н. Шувалова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06906-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512066>
18. Шнейдер Л.Б. Семейная психология: учебник для вузов / Шнейдер Л.Б. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2021. - 503 с.

Методика Айзенка по определению темперамента

Диагностика эмоциональной и личностной сферы. С помощью методики Айзенка определяют экстраверсию (направленность личности на внешний мир) и нейротизм (результат неуравновешенности процессов возбуждения и торможения) – свойства, лежащие в основе темперамента. В опроснике Айзенка 57 вопросов. На них необходимо ответить "да" или "нет". Полученные результаты сопоставляют с ключом, в котором есть три шкалы: экстраверсия – интроверсия; нейротизм, шкала лжи. Принадлежность к типу темперамента выявляется при помощи системы координат, на которой отмечаются результаты по шкале "нейротизм" и шкале "экстраверсия".

Опросник содержит 57 вопросов. Ответы на них только "Да" или "Нет".

Инструкция

Вам будет предложено несколько вопросов об особенностях вашего поведения в различных условиях и ситуациях. Это не испытание ума или способностей, поэтому нет ответов хороших или плохих. Мы заинтересованы в правдивых ответах. Содержание отдельных вопросов не анализируется, важен только итоговый результат. На вопросы следует отвечать поочередно, не возвращаясь к предыдущим ответам. Работайте быстро, не тратьте слишком много времени на обдумывание ответа – наиболее интересна ваша первая реакция. На вопрос можно ответить "да" или "нет". Выбранный вами ответ на каждый вопрос следует отметить в бланке для ответов. Не пропускайте какого-либо вопроса. Начинайте!

Текст опросника (вариант А).

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, одобрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если вам это невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не затрачиваете ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины на это не было?
10. Верно ли, что "на спор" вы способны решиться на все?
11. Смушаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?

15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам не хотелось делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда вы чувствуете сильную вялость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких людей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли тем же?
23. Считаете ли вы свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы чем-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с веселой компанией?
26. Можно ли сказать, что часто у вас нервы бывают натянуты до предела?
27. Сльвете ли вы за человека веселого и живого?
28. После того, как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Верно ли, что вам часто приятнее и легче прочесть о том, что вас интересует, в книге, хотя можно быстрее и проще узнать об этом у друзей?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и "ужасах", которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или встречу с кем-то?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-либо боли?
46. Огорчились бы вы, если бы не смогли долго видаться с друзьями?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков, или вашей работы?

51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народу?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

Из этих 57 вопросов 9 представляют шкалу надежности (лжи). 3 из них положительные (ДА), 6 – отрицательные (НЕТ). Например, шестой вопрос – испытуемый отвечает «ДА» (всегда исполняю), такой ответ, безусловно, не соответствует действительности, т. к. нет человека, который всегда бы исполнял невыгодное для него обещание.

Ненадежный ответ на 5 вопросов из 9 (более 50%) в шкале надежности означает, что остальные ответы ненадежны, поэтому проведенный опыт непригоден.

Для заполнения опросника испытуемому дается 10 минут.

Ключ:

ЭКСТРАВЕРСИЯ:

"ДА" на №№ 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56

"НЕТ" – №№ 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51

НЕЙРОТИЗМ:

"ДА" – №№ 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

ШКАЛА ЛОЖНЫХ ОТВЕТОВ:

"ДА" – №№ 6, 24, 36;

"НЕТ" – №№ 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Экстраверсия — интроверсия:

больше 19 — яркий экстраверт,

больше 15 — экстраверт,

больше 12 — склонность к экстраверсии,

12 — среднее значение,

меньше 12 — склонность к интроверсии,

меньше 9 — интроверт,

меньше 5 — глубокий интроверт.

Нейротизм:

больше 19 — очень высокий уровень нейротизма,

больше 13 — высокий уровень нейротизма,

9 — 13 — среднее значение,

меньше 9 — низкий уровень нейротизма.

Ложь:

больше 4 — неискренность в ответах, свидетельствующая также о некоторой демонстративности поведения и ориентированности испытуемого на социальное одобрение,

меньше 4 — норма.

Описание шкал Экстраверсия — интроверсия

Характеризуя типичного экстраверта, автор отмечает его общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Он действует под влиянием момента, импульсивен, вспыльчив, беззаботен, оптимистичен, добродушен, весел. Предпочитает движение и действие, имеет тенденцию к агрессивности. Чувства и эмоции не имеют строгого контроля, склонен к рискованным поступкам. На него не всегда можно положиться.

Типичный интроверт — это спокойный, застенчивый, интроективный человек, склонный к самоанализу. Сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует и обдумывает свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям серьезно относится к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, его нелегко вывести из себя. Обладает пессимистичностью, высоко ценит нравственные нормы.

Нейротизм Характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость (эмоциональная стабильность или нестабильность). Нейротизм, по некоторым данным, связан с показателями лабильности нервной системы.

Эмоциональная устойчивость — черта, выражающая сохранение организованного поведения, ситуативной целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Характеризуется зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а также склонностью к лидерству, общительности. Нейротизм выражается в чрезвычайной нервности, неустойчивости, плохой адаптации, склонности к быстрой смене настроений (лабильности), чувстве виновности и беспокойства, озабоченности, депрессивных реакциях, рассеянности внимания, неустойчивости в стрессовых ситуациях. Нейротизму соответствует эмоциональность, импульсивность; неровность в контактах с людьми, изменчивость интересов, неуверенность в себе, выраженная чувствительность, впечатлительность, склонность к раздражительности. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их стимулам. У лиц с высокими показателями по шкале нейротизма в неблагоприятных стрессовых ситуациях может развиваться невроз.

Пояснение к рисунку «круг Айзенка»: (представлен на слайде)

Сангвиник = стабильный + экстравертированный

Флегматик = стабильный + интровертированный

Меланхолик = нестабильный + интровертированный

Холерик = нестабильный + экстравертированный

Представление результатов по шкалам экстраверсии и нейротизма осуществляется при помощи системы координат.

Интерпретация полученных результатов проводится на основе психологических характеристик личности, соответствующих тому или иному квадрату координатной модели с учетом степени выраженности индивидуально-психологических свойств и степени достоверности полученных данных. Привлекая данные из физиологии высшей нервной деятельности, Айзенк высказывает гипотезу о том, что сильный и слабый типы, по Павлову, очень близки к экстравертированному и интровертированному типам личности. Природа интроверсии и экстраверсии усматривается во врожденных свойствах центральной нервной системы, которые обеспечивают уравновешенность процессов возбуждения и торможения. Таким образом, используя данные обследования по шкалам экстраверсии, интроверсии и нейротизма, можно вывести показатели темперамента личности по классификации Павлова, который описал четыре классических типа: сангвиник (по основным свойствам центральной нервной системы характеризуется как сильный, уравновешенный, подвижный), холерик (сильный, неуравновешенный, подвижный), флегматик (сильный, уравновешенный, инертный), меланхолик (слабый, неуравновешенный, инертный).

«Чистый» сангвиник (высокая экстраверсия и низкий нейротизм) быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка, жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

Холерик (высокая экстраверсия и высокий нейротизм) отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, эффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

Флегматик (высокая интроверсия и высокий нейротизм) характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений. Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами — выдержкой, глубиной мыслей, постоянством, основательностью и т. д., в других —

вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

Меланхолик (высокая интроверсия и высокий нейротизм). У него реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию (опускаются руки). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях меланхолик — человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.