

Практическая работа № 8

ТЕМА. Определение типа темперамента.

ЦЕЛЬ: определить с помощью тестирования тип темперамента и силу нервных процессов.

ОБОРУДОВАНИЕ: тест-опросник Г. Айзенко, состоящий из 56 вопросов, бланк для ответов, ручка или карандаш.

ХОД РАБОТЫ:

1. Вам предлагается ответить на 56 вопросов.

2. Прослушайте их и дайте ответ, соглашаетесь ли вы с данным утверждением. Если соглашаетесь, то в бланке для ответов рядом с соответствующим номером поставьте «+», если нет поставьте «-».

Помните, что в тесте нет «плохих» и «хороших» ответов. Лучшим будет тот ответ, который у вас возник первым.

1. Отличаетесь непоседливостью.

2. Вспыльчивы и импульсивны.

3. Чаще всего нетерпеливы.

4. Инициативны и решительны.

5. Рьяные, даже упрямые.

6. Быстро ориентируетесь в спорах, ловки.
7. Ритм вашей деятельности неравномерен, скачкообразен.
8. Любите рисковать.
9. Легко прощаете обиды.
10. Ваша речь быстрая и яркая.
11. Часто страдаете от своей неуравновешенности.
12. Не терпите недостатков.
13. Вас привлекает всё новое.
14. Ваше настроение часто меняется.
15. Вы жизнерадостный и весёлый человек.
16. Энергия бьёт ключом, вы всегда собраны.
17. Часто бросаете начатое на полдороге.
18. Не всегда адекватно оцениваете свои силы.
19. Ваши интересы и увлечения часто меняются.
20. К планам, которые изменились, и к новым обстоятельствам вы привыкаете легко.
21. Вам нетяжело отвлекаться от своих дел, вы быстро разбираетесь в чужих проблемах.

22. Тщательный и кропотливый труд не для вас.
23. Вы чутки, любите общение.
24. Ваша речь выразительная и громкая.
25. Вы не паникуете даже в сложных ситуациях, у вас отличное самообладание.
26. Легко засыпаете и быстро просыпаетесь.
27. Вам сложно сосредоточиться, принять обдуманное решение.
28. Вы непоследовательны, невнимательны.
29. Вы сдержанный и хладнокровный человек.
30. В своих словах и делах вы последовательны.
31. Вы осторожны и рассудительны.
32. Выдержанны, умеете выжидать.
33. Неразговорчивы, не любите пустой болтовни.
34. Ваша речь размеренная, спокойная.
35. Вы правильно распределяете свои силы, никогда не выкладываетесь полностью.
36. У вас существует чёткий распорядок дня, вы планируете свои дела.
37. Спокойно воспринимаете критику, безразличны к кривотолкам.
38. Вам тяжело быстро переключиться на другую деятельность.

39. С другими людьми у вас ровные, добрые отношения.
40. Аккуратны, педантичны в мелочах.
41. Вам сложно приспособиться к новой обстановке и планам, которые изменились.
42. Вы не любите много двигаться, медлительны.
43. Вы стыдливый человек.
44. Новая обстановка вызывает у вас замешательство.
45. Вы неуверенны в себе, своих силах.
46. Одиночество не обременяет вас.
47. Неудачи и неприятности надолго выводят вас из равновесия.
48. В сложные жизненные периоды вы замыкаетесь в себе.
49. Вы не слишком выносливы, быстро устаёте.
50. Ваша речь тихая, иногда невыразительная.
51. Вы автоматически перенимаете черты характера собеседника и его манеру говорить.
52. Сентиментальны и впечатлительны.
53. У вас завышенные требования к себе и окружающему миру.
54. Вам свойственна некоторая вялость и подозрительность.
55. Вас легко обидеть.
56. Вам приятно, когда окружающие сочувствуют вам.

3. Обработка результатов

В тесте 4 группы вопросов, в каждой из них — 14 утверждений. Первые 14 (от первого до четырнадцатого утверждения) описывают темперамент холерика. Вторая группа (15–28) характеризует сангвиника. Третья группа (29–42) касается флегматического типа темперамента. Четвертая группа (43–56) описывает меланхолический темперамент. Если в какой-то из групп вы получили более 10 плюсов, то этот тип темперамента у вас доминирующий. Если количество плюсов 5–9, то эти черты выражены у вас в значительной мере. И если позитивных ответов меньше 4, то черты такого типа темперамента слабо выражены.

ВЫВОД

Заполните таблицу.

Тип темперамента	Характеристика