



**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ
ДАГЕСТАН ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
«ДЕРБЕНТСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИМ. Г.А. ИЛИЗАРОВА»**

Пособие по психологии для медицинских сестер
на тему:

**«Характер.
Акцентуации характера»**

Преподаватель: Амрахова С. Е.

Дербент 2024

УДК 222
ББК 24
Х-20

Рекомендовано к изданию заседанием цикловой комиссии
общепрофессиональных дисциплин ГБПОУ РД «Дербентский
медицинский колледж им. Г. А. Илизарова»
Рег. № 612-01-2024

Гамзатова Светлана Абдурашидовна – директор ГБПОУ РД
«Дербентский медицинский колледж им.Г.А.Илизарова», к.э.н.,
заслуженный врач РД.

Разработчик: Амрахова Сабина Ефратовна – преподаватель
психологии

Рецензент: Пирмагомедова Регина Кельбелиевна –
преподаватель психологии, к.п.н.

Х-20 Характер. Акцентуации характера. Пособие по психологии для
медицинских сестер. – Махачкала: Издательство АЛЕФ, 2024. –
22 с.

Пособие предназначено для преподавателей психологии для
проведения теоретических и практических занятий.

Содержание пособия соответствует требованиям ФГОС СПО к
дисциплине ПСИХОЛОГИЯ.

В соответствии с рабочей программой целью данного пособия
является ознакомление студентов с понятием «характер»,
«акцентуация характера», помощь в осознании своих особенностей
и черт характера, а также особенностей характера пациентов,
развитие навыков самоанализа и самовоспитания, выявление
акцентуаций характера у себя, своих коллег и пациентов.

Характер. Акцентуации характера.



Характер - совокупность качеств человека, проявляющихся в особенностях его поведения и отношения к окружающей действительности.

ЧТО ТАКОЕ ХАРАКТЕР

Характер (греч. Character - чеканка, отпечаток) - индивидуально-психологическая особенность личности, которая определяет ее целостное поведение в отношении к внешнему миру, самой себе, к труду и другим людям.

Характер и темперамент тесно взаимосвязаны. В темпераменте личность раскрывается со стороны своих динамических проявлений, а в характере - с содержательной стороны.


Характер не является врожденным, он формируется на основе темперамента, зависит от его свойств. Темперамент определяет в характере такие черты, как уравновешенность или неуравновешенность поведения, легкость или трудность вхождения в новую ситуацию, подвижность или инертность реакции и т.д. Не предопределяя характер человека, особенности темперамента могут лишь способствовать или препятствовать формированию тех или иных свойств характера. В свою очередь, характер своими свойствами держит под контролем некоторые черты темперамента, в основном отрицательные.

Характер и темперамент имеют одну и ту же физиологическую основу.



Взаимосвязь темперамента и характера.

- Свойства темперамента складываются значительно раньше, чем завершается формирование характера. Поэтому большинство исследователей придерживается мнения, что **характер развивается на основе темперамента.**
- Темперамент определяет в характере такие черты, как уравновешенность или неуравновешенность поведения, легкость или трудность вхождения в новую ситуацию, подвижность или инертность реакции и т. д.
- **Темперамент не предопределяет характер человека.** Особенности темперамента могут лишь способствовать или противодействовать формированию тех или иных черт характера.



Темперамент – врожденное свойство личности, то есть природно обусловленное, дано человеку от рождения и неизменно в течение всей жизни.

Полностью зависит от особенностей высшей нервной деятельности.

Характер человеческой личности всегда многогранен. Структуру характера образуют отдельные черты. Под чертами характера понимают психические свойства человека, определяющие его поведение в типичных обстоятельствах.

Виды черт характера

по отношению к людям

(общительность, откровенность, чуткость, доброта, замкнутость, застенчивость, злобность, открытость, высокомерие, властолюбие)

по отношению к общественной и личной собственности

(аккуратность, бережливость, экономность, неряшливость, скупость)

по отношению к деятельности

(добросовестность, трудолюбие, инициативность, небрежность, консерватизм, безответственность)

по отношению к себе

(скромность, самокритичность, самолюбие, самоуверенность, тщеславие, эгоизм)

Существуют разные подходы к классификации черт характера. В одном случае все черты характера связывают с психическими процессами, исходя из чего выделяют волевые (решительность, настойчивость, самостоятельность, организованность и др.), эмоциональные (порывистость, впечатлительность, инертность, безразличие и др.) и интеллектуальные (сообразительность, находчивость, любознательность и др.) черты.

Другая классификация рассматривает черты характера в соответствии с направленностью личности, т.е. в системе отношений:

- Черты характера в отношении к деятельности:

- инициативность - пассивность;
- ответственность - недобросовестность;
- трудолюбие - лень;
- организованность - неорганизованность.

- Черты характера, которые проявляются по отношению к другим людям:

- тактичность, вежливость - грубость;
- чуткость - безразличие;
- эгоизм - альтруизм;
- общительность - замкнутость;
- правдивость - лживость;
- доброта - жестокость.

- Система черт по отношению к самому себе:
 - самокритичность - самоуверенность;
 - скромность - самовлюбленность;
 - гордость - приниженность;
 - требовательность.
- Черты, которые характеризуют отношение человека к вещам:
 - аккуратность - неряшливость;
 - бережливость - расточительность;
 - щедрость - скупость, жадность.

Несомненно, существуют и другие, более тонкие черты характера.

Выступая как прижизненное образование, характер определяется и формируется в течение всей жизни человека.

Характер начинает складываться у человека с первых дней жизни. Формирование положительных или отрицательных черт характера у ребёнка зависит от обращения с ним взрослых, в первую очередь матери. Особое влияние на формирование характера оказывают способы обращения, которые вызывают сильные эмоции и связаны с удовлетворением или неудовлетворением наиболее важных жизненных потребностей. Индивидуальные различия в характерах отмечаются уже в конце раннего детского возраста и далее постепенно усиливаются. Раньше других закладываются такие черты, как доброта, открытость, общительность, а также противоположные им качества - злость, замкнутость, агрессивность, эгоистичность.

Несколько позднее под влиянием поощрений и наказаний складываются волевые черты характера, такие как старание, настойчивость, целеустремлённость, выдержка, дисциплинированность.

Для формирования характера важны:

- объективная оценка поступков человека и его реакция на эти поступки и их оценку в обществе;
- общественные, социальные условия, в которых находится человек.

Решающее значение для формирования положительных черт характера имеет система постоянного усложнения требований со стороны взрослых.

Одним из физиологических механизмов формирования характера является динамический стереотип, т.е. система условных рефлексов, которые образуются в ответ на устойчиво повторяющуюся систему условных раздражителей.

Несмотря на то, что характер является индивидуальной особенностью личности, в его структуре можно выделить черты, общие для определенной группы людей. Тип характера (по Н. Д. Левитову) - это конкретное выражение в индивидуальном характере черт, общих для некоторой группы людей. Современная психология дифференцирует три типа характера:

Интрапунитивный - люди, имеющие данный тип характера, склонны во всех неудачах винить самих себя.

Экстрапунитивный - к этому типу относятся люди, обвиняющие во всех неудачах других.

Импунитивный - ответственность за собственные ошибки и неудачи перекладывается на внешние условия и обстоятельства.

Возрастная классификация формирования черт характера:

- 1-й этап - от рождения до 7 лет. Характер формирует семья. На этом этапе отмечаются два возрастных кризиса: в 3 года ребенок начинает осознавать себя как личность, а в 7 лет он вступает в общество (школа);

- 2-й этап - от 7 до 17 лет. Характер формируется в школе, дома и вне дома. Кризис 12-16 лет связан в большей степени с половым созреванием;

- 3-й этап - с 17 лет до 21 года. На характер значительное влияние оказывают работа, служба в армии, учеба;

- 4-й этап - с 21 года до 60 лет - период личностной зрелости.

Возможны два кризисных периода:

- 1) 30-33 года - кризис смысла жизни. Человек впервые оглядывается назад. В этом возрасте возрастает риск суицида, особенно у женщин, не имеющих семьи;

- 2) 40-45 лет - возраст «последнего шанса», когда человек еще может что-либо радикально поменять в своей жизни;

- 5-й этап - от 60 лет - старость. Происходит адаптация к новым условиям, подведение итогов. Установлено, что чем больше человек социализирован (наличие семьи, детей, внуков, друзей и т.д.), тем дольше он живет.

О характере человека мы судим, в первую очередь, по его действиям и поступкам. Существуют и некоторые внешние признаки характера, например, особенности речи (громкая речь, как правило, признак сильного, властного характера), внешний облик.

Специалисты, изучающие почерк, отмечают, что некоторые его особенности могут свидетельствовать об определенных чертах характера. Так, считается, что буквы разной величины и разного наклона, несоблюдение линии письма - признак неуравновешенного, противоречивого характера. Округлые буквы в письме - знак сильных, положительных эмоций. Заостренные же буквы - признак эмоций сильных, но отрицательных. Также отмечено, что написание некоторых букв с короткими «хвостиками» (д, р, у, з) может считаться признаком нерешительности, неуверенности в себе.

По мнению известного немецкого психиатра и психолога, профессора неврологической клиники Берлинского университета Карла Леонгарда, у 20-50% людей некоторые черты характера столь заострены (акцентуированы), что это при определенных обстоятельствах приводит к однотипным конфликтам и нервным срывам. Акцентуация характера (от лат. *Accentus* - ударение, выделение, подчеркивание) - это чрезвычайное усиление отдельных черт характера, как правило, не ведущее к дезадаптации личности в семье и обществе. При этом у индивида проявляется повышенная уязвимость к одним стрессогенным факторам при его устойчивости в

отношении других. Черты акцентуированных характеров проявляются не в любой обстановке, а только в особых условиях. При этом поводом для временных разладов с собой и с окружением являются не любые трудные условия, а условия, создающие нагрузку на место наименьшего сопротивления характера. Леонгарду принадлежит и первая классификация акцентуаций характера. В нашей стране получила распространение классификация, разработанная психиатром А.Е. Личко. По его мнению, акцентуацию можно определить как дисгармоничность формирования характера гипертрофированную выраженность отдельных его черт, что приводит к повышению уязвимости личности в отношении определённого рода воздействий и затрудняет ее адаптацию в некоторых специфических ситуациях. Акцентуация представляет собой крайний вариант нормы.

Выраженность акцентуации может быть различной - от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли болезни - психопатии. Но в отличие от психопатии, акцентуации характера проявляются непостоянно, с годами могут существенно сгладиться, приблизиться к норме, социальная дезадаптация при акцентуациях либо не наступает вовсе, либо бывает непродолжительной. В благоприятных условиях, когда не попадают под удар именно слабые звенья личности, такой человек может стать и незаурядным; например, акцентуация характера по истероидному типу может способствовать расцвету таланта актера.

Определить тип акцентуации или ее отсутствие можно с помощью специальных психологических тестов. Нередко приходится иметь дело с акцентуированными личностями и важно знать и предвидеть специфические особенности поведения таких людей.

Акцентуации характера по А.Е. Личко

1. Гипертимный
2. Циклоидный
3. Лабильный
4. Астено-невротический
5. Сенситивный
6. Психастенический
7. Шизоидный
8. Эпилептоидный
9. Истероидный
10. Неустойчивый
11. Конформный



КЛАССИФИКАЦИЯ АКЦЕНТУАЦИЙ ХАРАКТЕРА ПО А. Е. ЛИЧКО

Гипертимный тип. Отличаются приподнятым настроением, высоким жизненным тонусом, активностью, энергией. Стремятся к самостоятельности и независимости, но тяготеют к одиночеству и вынужденным бездействию. Находчивы, ловки и изворотливы, плохо переносят дисциплину и регламентированный режим. Неразборчивы в выборе знакомств. Увлекаясь новым, часто не доводят начатого до конца. Склонны к переоценке своих способностей, чрезмерно оптимистичны в плане будущего. С работой, требующей усидчивости и аккуратности, справляются плохо.

Циклоидный тип. Характеризуются сменой стойких периодов подъема и спада настроения и тонуса, между которыми могут быть продолжительные периоды ровного настроения.

Лабильный тип. Главной чертой является частая изменчивость настроения, возникающая даже от ничтожного повода. От настроения зависит самочувствие, работоспособность и отношение ко всему. Испытывают большую потребность в эмоциональных контактах, сопереживании, искренне привязаны к тем, кто оказывает им заботу и внимание.

Астеноневротический тип. Основные черты - большая впечатлительность и чувство собственной неполноценности. В незнакомой обстановке робки и застенчивы. Сильно развито чувство долга,

ответственности. В себе видят множество недостатков, стремятся их перебороть. Тяжело переживают недоброжелательное отношение к себе окружающих.

Психастенический тип - сочетает в себе нерешительность, склонность к рассуждению с тревожной мнительностью в отношении своего будущего и будущего своих близких. Испытывает чувство постоянной внутренней тревоги, защитной реакцией от которой является педантизм и формализм. Склонны к самоанализу и самокопанию. Тяжёлой нагрузкой для них является ответственность, особенно за других.

Шизоидный тип - это образец замкнутости. Непосильными для них оказываются эмоциональные контакты. Замкнутость сочетается с внешней сдержанностью и даже холодностью. Обнаруживается также недостаток интуиции - неумение понять чужие переживания, почувствовать симпатию или неприязненное к себе отношение. Обычно живут в своем внутреннем мире, заполненном увлечениями и фантазиями. Увлечения (хобби) отличаются необычностью, силой и постоянством. Фантазируют про себя, с другими своими фантазиями не делятся. Отличаются независимостью и нонконформизмом.

Эпилептоидный тип. Отличаются склонностью к коротким периодам тоскливо-злобного раздражения и поискам объекта, на котором можно сорвать зло. Аффекты отличаются силой и продолжительностью, способностью доходить до безудержной ярости. Очень сильны инстинкты, особенно сексуальный. Отличаются ревностью, иногда садистскими и мазохистскими наклонностями. Властны. Все поведение отличается тяжеловесностью, тугоподвижностью, инертностью. Педантизм сочетается с бережливостью, расчётливостью и злопамятностью.

Истероидный тип. Отличаются ненасытной жаждой быть в центре внимания, лживы, склонны к рисовке, позерству и чрезмерной драматизации событий. Претендуют на исключительное положение в обществе. Хорошие актерские способности позволяют вживаться в придуманную роль. Любят менять компании, приятелей, «разочаровываясь» в прежних.

Неустойчивый тип. Характеризуются постоянной гедонистической установкой - непрерывной тягой к удовольствиям, развлечениям, праздности, безделью. Живут сегодняшним днем, долгосрочных целей перед собой не ставят. Стремятся уклониться от любого труда. Настоящих привязанностей никогда не испытывают, ни в кого не влюбляются. Сексуальная жизнь служит лишь одним из способов получения удовольствия. Трусливы и безынициативны. Их привлекают любые асоциальные компании, сулящие развлечения, играют в них подчиненную роль.

Конформный тип - это люди «своей» среды. Их жизненное правило - думать, поступать, жить «как все». Конформность сочетается с консерватизмом, трудностью адаптации. Поразительно не критичны: все то, что поступает по привычным каналам информации, воспринимается как истина. При переменах в жизни теряют душевное равновесие.

Сенситивный тип -отличается высокой чувствительностью как к радостным, так и к пугающим или грустным событиям. Не любят активных, подвижных игр, не проказничают, избегают больших компаний. С посторонними боязливы и стыдливы, производят впечатление замкнутых. С близкими знакомыми могут быть хорошими товарищами. Предпочитают общаться с людьми младше или старше их. Послушные, любят родителей. Возможно развитие комплекса неполноценности или сложности с адаптацией в коллективе. Предъявляют высокие моральные требования к себе и коллективу. Имеют развитое чувство ответственности. Усидчивы, предпочитают сложные виды деятельности. Очень тщательно подходят к выбору друзей, предпочитают старших по возрасту.

Наиболее распространены смешанные типы акцентуаций.

Психопатия (греч. Psyche - душа и pathos - болезнь) -врождённое, реже приобретенное уродство характера, в конечном итоге ведущее к микро- и макросоциальной дезадаптации.

Термин «психопатия» предложен В.М. Бехтеревым в 1886 г.

Критерии психопатий (Ганнушкин П.Б., 1933):

- выраженность патологических свойств личности до степени нарушения социальной адаптации;
- их относительная стабильность, малая обратимость;
- тотальность патологических черт личности, определяющих весь психический облик.

В настоящее время в Международной классификации болезней десятого пересмотра термин «психопатия» заменён на более благозвучный «расстройства личности».

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Выполните следующие задания, используя материал теоретического обоснования к занятию:

ЗАДАНИЕ 1: ВЕРНО ИЛИ НЕВЕРНО

Вариант 1

1. Индивид – это любой человек.
2. Индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность – равнозначные понятия.
3. Каждый индивид является личностью.
4. Направленность личности проявляется в её поведении.
5. Направленность бывает 6-ти видов.
6. Способности и уровень притязания – одно и то же.
7. Способности влияют на успешность выполнения той или иной деятельности.
8. Характер зависит от воспитания.
9. Темперамент лежит в основе самооценки.
10. Эмоционально-волевая сфера входит в структуру личности.

11. Экстраверт в большей мере живёт в своём внутреннем мире.
12. Интроверт – общительный человек, имеющий развитое внимание.
13. Возможности позволяют человеку реализовать мечты и планы.
14. Мировоззрение, в своём высшем проявлении, выступает как убеждённость.
15. Интересы человека чаще бывают разносторонними.

Вариант 2

1. Человек – это биосоциальное существо.
2. Личность формируется в общении и деятельности.
3. Личность всегда имеет определённую направленность.
4. Каждый индивид является индивидуальностью.
5. Направленность личности влияет на её деятельность.
6. Самооценка формирует чувство собственного достоинства.
7. Характер передаётся по наследству.
8. Существует четыре основных типа темперамента.
9. Интересы то же самое, что привычки.
10. Воля влияет на формирование характера.
11. Потребности человека практически ненасыщаемы.
12. Самооценка человека не изменяется в течение всей жизни.
13. Интроверсия – необходимое качество медработника.
14. Мировоззрение может быть только научным.
15. Идеал есть у каждого человека.

ЗАДАНИЕ 2: ЗАПОЛНИТЬ ТАБЛИЦУ

№ п/п	Название типа акцентуации характера	Ведущие положительные черты	Ведущие отрицательные черты

ЗАДАНИЕ 3: СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Для представителей какого типа акцентуации характера свойственно подобное отношение к здоровью.
2. Дайте рекомендации по взаимодействию с пациентом данного типа акцентуации характера.

1. Такие люди многократно усиливают у себя проявления любой болезни, очень склонны к самовнушению. Особенно это проявляется тогда, когда болезнь может помочь ему привлечь к себе внимание близких, вызвать их дополнительную жалость и сочувствие.

Поэтому у таких пациентов любая болезнь представляется смертельной и требует максимальной мобилизации сил всех родных и знакомых. По малейшему поводу вызывается скорая помощь. Вообще вызывается множество различных докторов, но в основном затем, чтобы убедиться, что все они советуют разное и все ничего не понимают. Лучшими считаются доктора, которые подтверждают смертельный характер болезни или выписывают наиболее дорогостоящие лекарства. (Истероидный тип)

Если цель человека данного типа не лежит в такой области, для которой явно необходимо здоровье, то он своего состояния здоровья просто не замечает. Он кажется сам себе здоровым и, в отличие от эпилептоида, не пойдет на диспансеризацию, т.к. это мешает его работе. В результате такой человек может «свалиться» внезапно, как бы на фоне полного здоровья.

Заболев, он не умеет выполнять рекомендации врачей, соблюдать необходимый режим, вести щадящий образ жизни. Поэтому он продолжает работать - ходить на работу, или работать дома, или даже принимать своих сослуживцев в больнице, как раньше принимал их в своем рабочем кабинете. Поэтому вылечиться такому человеку всегда бывает очень трудно. (Неустойчивый, паранойяльный)

2. По своему складу, по своей физической конституции человека данного типа, в основном, человек здоровый, он очень редко болеет, а уж нервные заболевания ему и вовсе не свойственны. Он совершенно не думает о своем здоровье, не волнуется ни из-за каких симптомов, а действительно заболев, не идет к врачу, переносит болезнь на ногах, не лечится, и это часто сходит ему с рук - болезнь проходит сама благодаря его крепкому телосложению. Однако он все время уговаривает и окружающих так же относиться к болезням, не обращать на них внимания. (Гипертимик)

3. К своему здоровью люди данного типа относятся совершенно так же, как и ко всему остальному - ответственно и организованно. Если они знакомятся с какой-нибудь оздоровительной системой, которая вызывает у них доверие, то они становятся ее активными приверженцами, систематически занимаются оздоровительным бегом, голоданием или другими процедурами. При этом они стараются заставить заниматься по этой системе всех, кого они могут заставить (детей, супруга, домашних) и агитируют за нее всех, кого заставить не могут (сослуживцев, друзей и т.д.). Поэтому здоровье у людей данного типа чаще всего крепкое. Если, однако,

они заболевают, то тщательно лечатся, соблюдая все предписания врача, тщательно дезинфицирую все предметы, которых касаются, чтобы не заразить домашних, и т.д. (Эпилептоид)

ЗАДАНИЕ 4: САМОДИАГНОСТИКА

Определите силу характера и основные черты Вашей личности с помощью предложенных психологических методик (см. Приложение)

ЗАДАНИЕ 5: СОСТАВЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОТРЕТА

По результатам самодиагностики составьте письменный психологический портрет собственной личности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Методическая разработка занятия составлена на основе рабочей программы в соответствии с требованиями ФГОС СПО к преподаванию учебной дисциплины «Психология». Она посвящена методике организации и проведения практического занятия по теме: «Характер». Занятие предназначено для студентов второго курса специальности «Лечебное дело», которые только начали изучать данную дисциплину, в частности, раздел «Общая психология».

Актуальность разработки заключается в том, что на данном занятии используются активные методы обучения, цель которых создать условия для глубокого усвоения материала, осуществления самодиагностики эмоциональных состояний, осуществляется связь теоретического материала с практическим, развитие аналитических и проектировочных умений при выполнении разного типа заданий.

Практические занятия по общей психологии развивают общие компетенции, на базе которых будут формироваться профессиональные компетенции.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Батаршев А. Диагностика темперамента и характер Издательство ЛитРеМ., 2011.
2. Ефимова Н.С. Основы общей психологии. Учебник М.:Издательство: Форум, Серия: Профессиональное образование, 2017.
3. Общая психология: Курс лекций для первой ступени педагогического образования / Сост. Е.И.Рогов. – М.: Владос, 2018.
4. Рогов Е.И. Психология человека. – М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 1999 (Азбука психологии).
5. С.Л.Семенова, Е.В.Дьяченко Практикум по общей психологии: Учебное пособие под общ.ред. С.Н.Глуханюк. Екатеринбург: Изд-во Урал, 2016
1. Немов Р.С. Психология. В 3 кн., кн. 1. Общие основы психологии. М.: Владос, 2014.
2. Общая психология: курс лекций. Сост. Е.И.Рогов. - М.: Владос, 2019.
3. Столяренко Л.Д. Психология делового общения и управления. - Ростов н/Д: «Феникс», 2016.
4. Шкуренко Д.А. Общая и медицинская психология: учебное пособие - Ростов н/Д: «Феникс», 2014.
5. Хетагурова А.К., Слепущенко И.О. Психология общения медицинского персонала в лечебно-профилактических учреждениях. – Приложение к журналу «Сестринское дело», 2016, № 2, с. 59 – 94.
6. Островская И.В. Психология: учебник для медицинских училищ и колледжей. – М.: «ГЭОТАР - Медиа», 2018. с. 166-168.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

6.1. ИССЛЕДОВАНИЕ СИЛЫ ХАРАКТЕРА

Цель исследования: определить качественные характеристики характера.

Инструкция:

«Вам предлагается ответить на 20 вопросов. Вопросы направлены на выявление Вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый «естественный» ответ, который придет Вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, нет «хороших» или «плохих» ответов. Выберите один из вариантов ответа на каждый вопрос. В заключение работы сверьте ответы с ключом и подсчитайте общую сумму набранных баллов».

Текст опросника

1. Часто ли Вы задумываетесь над тем, какое влияние оказывают Ваши поступки на окружающих:

- а) очень редко;
- б) редко;
- в) довольно часто;
- г) очень часто?

2. Случается ли Вам говорить что-либо такое, во что Вы сами не верите, из-за упрямства либо из престижных соображений:

- а) да;
- б) нет?

3. Какие из перечисленных качеств Вы более всего цените в людях:

- а) настойчивость;
- б) широту мышления;
- в) умение «показать себя»?

4. Имеете ли Вы склонность к педантизму:

- а) да;
- б) нет?

5. Быстро ли Вы забываете о неприятностях, которые случаются с Вами:

- а) да;
- б) нет?

6. Любите ли Вы анализировать свои поступки:

- а) да;
- б) нет?

7. Находясь в кругу лиц, хорошо Вам известных:

- а) стараетесь сохранить тон, принятый в этом кругу;
- б) остаетесь самим собой.

8. Приступая к трудному заданию, стараетесь ли Вы не думать об ожидающих Вас трудностях:

- а) да;
- б) нет?

9. Какое из перечисленных ниже определений, по Вашему мнению, более всего подходит к Вам:

- а) мечтатель;
- б) «рубаха-парень»;
- в) труженик;
- г) педант;
- д) философ в широком понимании этого слова;
- е) непоседа?

10. При обсуждении того или иного вопроса:

- а) высказываете свою точку зрения, которая, быть может, отличается от большинства других;
- б) считаете, что в данной ситуации лучше промолчать, хотя и придерживаетесь своей позиции;
- в) поддерживаете большинство, оставаясь при своем мнении;
- г) не утруждаете себя раздумьями и принимаете ту точку зрения, которая преобладает.

11. Какое чувство у Вас возникает при неожиданном вызове к руководителю:

- а) раздражение;
- б) тревога;
- в) озабоченность;
- г) никакого?

12. Как Вы поступите, если в пылу полемики Ваш оппонент «сорвется» и допустит личный выпад против Вас:

- а) ответите ему в том же тоне;
- б) проигнорируете этот факт;
- в) демонстративно обидитесь;
- г) предложите сделать перерыв?

13. Если Ваша работа забракована, это вызовет у Вас:

- а) досаду;
- б) стыд;
- в) гнев?

14. Если Вы попадаете впросак, кого вините в первую очередь:

- а) самого себя;
- б) «фатальное» невезение;
- в) прочие «объективные» обстоятельства?

15. Не кажется ли Вам, что окружающие Вас люди – будь то руководители, коллеги или подчиненные – недооценивают Ваши способности и знания:

- а) да;
- б) нет?

16. Если Ваши друзья или коллеги начинают над Вами подтрунивать, то Вы:

- а) злитесь на них;
- б) спешите удалиться;
- в) не раздражаясь, начинаете подыгрывать им;
- г) отвечаете смехом и, как говорится, «ноль внимания»;
- д) напускаете на себя безразличный вид и даже улыбаетесь, но в душе негодуете?

17. Если Вы спешите и вдруг на обычном месте не находите свой портфель (зонтик, перчатки и т.п.), то, как Вы поступите:

- а) будете продолжать поиск молча;
- б) будете искать, попутно обвиняя своих домашних в беспорядке;
- в) уйдете без нужной вам вещи?

18. Что скорее всего выведет Вас из равновесия:

- а) длинная очередь в приемной;
- б) теснота в общественном транспорте;
- в) необходимость приходить в определенное место несколько раз по одному и тому же вопросу?

19. Закончив спор, продолжаете ли вести его мысленно, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения:

- а) да;
- б) нет?

20. Если для выполнения срочной работы Вам представится возможность выбрать себе помощника, кого из возможных кандидатов Вы выберете:

- а) человека исполнительного, но безынициативного;
- б) человека знающего, но упрямого и спорщика;
- в) человека одаренного, но с ленцой?

Ключ

- 1. а – 0; б – 1; в – 2; г – 3.
- 2. а – 0; б – 1.
- 3. а – 1; б – 1; в – 0.
- 4. а – 2; б – 0.
- 5. а – 0; б – 2.
- 6. а – 2; б – 0.
- 7. а – 2; б – 0.
- 8. а – 0; б – 2.
- 9. а – 0; б – 1; в – 3; г – 2; д – 2; е – 0.
- 10. а – 2; б – 0; в – 0; г – 0.
- 11. а – 0; б – 1; в – 2; г – 0.
- 12. а – 0; б – 2; в – 1; г – 3.
- 13. а – 2; б – 1; в – 0.
- 14. а – 2; б – 0; в – 0.

15. а – 0; б – 2.
16. а – 0; б – 1; в – 2; г – 0; д – 0.
17. а – 2; б – 0; в – 1.
18. а – 1; б – 0; в – 2.
19. а – 0; б – 2.
20. а – 0; б – 1; в – 2.

Анализ результатов

Менее 15 баллов. Вы человек беззаботный, неуравновешенный и, пожалуй, слабохарактерный. В случающихся с Вами неприятностях готовы винить окружающих, только не себя. И в дружбе, и в работе на Вас трудно положиться.

15–25 баллов. У Вас достаточно твердый характер. Вы обладаете реалистическими взглядами на жизнь, но не все Ваши поступки равноценны. Бывают у Вас и срывы, и заблуждения. Вы добросовестны и неплохо уживаетесь с людьми. И все же Вам есть над чем задуматься, чтобы избавиться от некоторых недостатков.

26–38 баллов. Вы принадлежите к числу людей настойчивых и обладающих достаточным чувством ответственности. Цените свои суждения, но и считаетесь с мнением других. Правильно ориентируетесь в возникающих ситуациях и в большинстве случаев умеете выбрать наилучшее решение. Это свидетельствует о сильном характере. Только избегайте чрезмерной жесткости.

Свыше 38 баллов. Такой результат оценить очень трудно – просто потому, что не верится, что есть люди с таким безупречным характером. А может быть, такая сумма очков – это результат не совсем объективной самооценки?

6.2. ПСИХОГЕОМЕТРИЧЕСКИЙ ТЕСТ

Инструкция: Посмотрите на пять фигур. Выберите из них ту фигуру, в отношении которой Вы можете сказать: это — «Я»! Постарайтесь почувствовать свою форму. Если Вы испытываете сильное затруднение, выберите из фигур ту, которая первой привлекла Вас. Запишите ее название под № 1. Теперь расположите оставшиеся четыре фигуры в порядке Вашего предпочтения и запишите их названия под соответствующими номерами.

Первая выбранная фигура — Ваша основная фигура, или субъективная форма. Она дает возможность определить Ваши основные, доминирующие черты характера и особенности поведения. Остальные четыре фигуры — это своеобразные показатели, которые могут окрашивать ведущую мелодию Вашего поведения. Последняя фигура указывает на форму человека, взаимодействие с которым будет представлять для Вас наибольшие трудности. Однако может оказаться, что ни одна фигура Вам полностью не подходит: тогда Вас можно описать комбинацией из двух или даже трех форм.

Краткая психологическая характеристика основных форм личности:

Квадрат

Положительные черты: организованный, внимательный к деталям, трудолюбивый, рациональный, эрудированный, терпеливый, бережливый, настойчивый.

Отрицательные черты: педантичный, мелочный, излишне осторожный, упрямый, бедная фантазия, сопротивляющийся новшествам.

Если Вашей основной формой оказался квадрат, то Вы неутомимый труженик! Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы, — вот чем, прежде всего, знамениты истинные Квадраты. Выносливость, терпение и методичность обычно делают Квадрата высококлассным специалистом в своей области. Этому способствует и неутолимая потребность в информации. Квадраты — коллекционеры всевозможных данных. Все сведения систематизированы, разложены по полочкам. И Квадрат способен выдать необходимую информацию моментально. Поэтому Квадраты заслуженно слышат эрудитами, по крайней мере, в своей области.

Треугольник

Положительные черты: лидер, решительный, конкурентный, уверенный в себе, энергичный, честолюбивый.

Отрицательные черты: эгоистичный, нетерпеливый, коварный, ориентированный на карьеру. Эта форма символизирует лидерство, и

многие Треугольники ощущают в этом свое предназначение. Самая характерная особенность истинного Треугольника — способность концентрироваться на главной цели. Треугольники — энергичные, неустойчивые, сильные личности, которые ставят ясные цели и, как правило, достигают их. Треугольник — это очень уверенный человек, который хочет быть правым во всем. Сильная потребность быть правым и управлять положением дел, решать не только за себя, но и, по возможности, за других делает Треугольника личностью, постоянно соперничающей, конкурирующей с другими. Доминирующая установка в любом деле — это установка на победу, выигрыш, успех. Он часто рискует, бывает нетерпеливым и нетерпимым к тем, кто колеблется в принятии решения.

Прямоугольник

Символизирует состояние перехода и изменения. Это временная форма личности, которую могут «носить» остальные четыре сравнительно устойчивые фигуры в определенные периоды жизни. Это — люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, и поэтому занятые поисками лучшего положения. Причины прямоугольного состояния могут быть самыми различными, но объединяет их одно — значимость изменений для определенного человека.

Основным психическим состоянием Прямоугольника является более или менее осознаваемое состояние замешательства, запутанности в проблемах и неопределенности в отношении себя на данный момент времени. Наиболее характерные черты Прямоугольников — непоследовательность и непредсказуемость поступков в течение переходного периода. Прямоугольники могут сильно меняться изо дня в день и даже в пределах одного дня. Они имеют, как правило, низкую самооценку, стремятся стать лучше в чем-то, "ищут новые методы работы, стиля жизни.

Круг

Положительные черты: общительность, способность понимать, чувствовать состояние людей, доброжелательность, выдержанность, уступчивость.

Отрицательные черты: нерешительность, неспособны к лидерству.

Это мифологический символ гармонии. Тот, кто уверенно выбирает круг, искренне заинтересован прежде всего в хороших межличностных отношениях. Высшая ценность для Крута — люди, их благополучие. Круг — самый доброжелательный из пяти форм. Он чаще всего служит тем «клеем», который скрепляет и рабочий коллектив, и семью, т. е. стабилизирует группу.

Круги — самые лучшие коммуникаторы среди пяти форм, прежде всего потому, что они лучшие слушатели. Они обладают высокой чувствительностью, развитой эмпатией — способностью сопереживать, сочувствовать, эмоционально отзываться на переживания другого человека. Круг ощущает чужую радость и чувствует чужую боль как свою

собственную. Крути «болеют» за свой коллектив и высоко популярны среди коллег по работе. Однако они, как правило, слабые менеджеры и руководители в сфере бизнеса. Во-первых, Круги в силу их направленности скорее на людей, чем на дело, слишком уж стараются угодить каждому. Они пытаются сохранить мир и ради этого иногда избегают занимать «твердую» позицию и принимать непопулярные решения. Для Круга нет ничего более тяжелого, чем вступать в межличностный конфликт. Круг счастлив тогда, когда все ладят друг с другом. Поэтому, когда у Круга возникает с кем-то конфликт, наиболее вероятно, что именно Круг уступит первым.

Зигзаг

Положительные черты: образность, интуитивность, креативность, одержимость новой идеей, эмоциональность.

Отрицательные черты: конфликтность, не терпит рутины, однообразия, не настойчив в доведении дела до конца, если теряет интерес к нему.

Эта фигура символизирует креативность, творчество, хотя бы потому, что она самая уникальная из пяти фигур и единственная разомкнутая фигура. Итак, как и Вашему ближайшему родственнику — Кругу, только еще в большей степени, Вам свойственна образность, интуитивность. Комбинирование абсолютно различных, несходных идей и создание на этой основе чего-то нового, оригинального — вот что нравится Зигзагам. Используя свое природное остроумие, зигзаги могут быть весьма язвительными, «открывая глаза другим» на возможность нового решения. Зигзаги склонны видеть мир постоянно меняющимся, поэтому для них нет ничего более скучного, чем никогда не изменяющиеся вещи, рутина, шаблон, правила и инструкции, их раздражают фиксированные обязанности, постоянные способы работы.

Зигзаг – самый восторженный, самый **возбудимый** из пяти фигур. Когда у него появляется новая идея, новая мысль, он готов поведать её всему миру. Однако им не хватает политичности: они не сдержанны, экспрессивны – «режут правду в глаза», отчего часто конфликтуют с окружающими людьми.

Подписано в печать 24.07.2024 г. Формат 60×84¹/₁₆.
Гарнитура «Таймс». Бумага офсетная. Печать ризографная.
Усл. п. л. 1,3. Уч.-изд. л. 0,8. Тираж 100 экз.



Отпечатано в типографии АЛЕФ
367002, РД, г. Махачкала, ул. М. Гаджиева 64
Тел.: +7 (8722) 935-690, 599-690, +7 (988) 2000-164
www.alefgraf.ru, e-mail: alefgraf@mail.ru