

**«Смоленский промышленно-экономический колледж»**

**Городецкая Н.И.**

**Методические рекомендации  
к практическим занятиям  
по дисциплине  
Социальная психология**

**Специальность 280703 Пожарная безопасность**

**Смоленск**

## Пояснительная записка

Предлагаемые методические рекомендации к практическим занятиям подготовлены на основе программы дисциплины «Социальная психология» для студентов специальности 280703 Пожарная безопасность.

Практические занятия являются связующим звеном между теорией и практикой, на которой студенты углубляют и закрепляют теоретические знания, углубляют научно-теоретические положения, учатся применять адекватные способы действия, ведущие к достижению результата, вырабатывают аналитические умения, приобретают навыки, необходимые для выполнения контрольных и курсовых работ.

Таким методом решается задача не только раскрыть главные вопросы социальной психологии, но и способствовать активизации мыслительных процессов студентов, активизации и мотивации их познавательной самостоятельной деятельности.

Данные рекомендации ориентированы на активизацию деятельности студентов в части самообразования, что соответствует современным тенденциям российского образования.

Структура данного пособия определяется его содержанием, дидактическими задачами и включает в себя инструктивные карты к практическим занятиям, диагностические методики по дисциплине Социальная психология.

Вопросы и задания различны по уровню сложности. Часть их связана с репродуктивным усвоением и переработкой информации. Большинство из них нацелено на аналитическую работу студентов на основе активизации многих интеллектуальных функций: сравнения и сопоставления абстрагирования и конкретизации классифицирования и обобщения и др. Например: метод конкретной ситуации развивает способность анализировать и самостоятельно формулировать познавательные задачи.

Метод анализа конкретных ситуаций как активный метод обучения при изучении социальной психологии предполагает реалистичность, правдивость событий и их связь с жизнью. Всё это делает данный метод, несомненно, эффективным в обучении студентов и предоставляет им следующие возможности: видеть проблемы глазами руководителя – это очень эффективный путь «обучаться - делая»; осмыслить и сбалансировать проблемы и факты, используя имеющийся опыт, видения и суждения. Сверить себя с другими, обменяться с ними опытом; применить в действии, в реальности свои аналитические способности; развить мотивированность к участию, коммуникационные навыки и умения. Научиться защищать свою позицию и приводить уместные аргументы.

## Практическое занятие №1

### Оценка уровня социализации личности

#### Методические указания

Цель занятия: научиться определять социально-психологические условия благоприятной социализации личности.

В результате изучения данной темы студент должен знать особенности социализации личности, уметь диагностировать социально-психологические качества и типы личности, владеть навыками самоанализа; применять диагностическую методику для определения уровня социализации личности.

#### Содержание работы

### Часть 1 Задания для проверки теоретических знаний

#### 1. Дополните предложения:

- социализация это процесс и результат.....
- .....
- социализация – процесс развития человека при.....
- .....
- социализация – совокупность всех социальных и психологических процессов посредством которых индивид.....

#### 2. Объясните, почему в процессе социализации человек выступает в 2-х позициях:

- объект \_\_\_\_\_
- субъект \_\_\_\_\_

#### 3. Выберите ответ:

Источником социализации не является:

- А) передача культуры  
Б) первичный опыт  
В) взаимное влияние людей  
Г) биогенетические особенности

#### 4. Составьте схему о взаимосвязи понятий:

социализация, обучение, воспитание, индивид, личность указав, что есть цель, а что средство достижения цели

#### 5. Охарактеризуйте стадии развития личности в процессе социализации

адаптация	индивидуализация	интеграция

#### 6. Установите соответствие факторы социализации и их составляющие

- 1) мегофакторы  
2) макрофакторы  
3) микрофакторы  
4) мезофакторы  
а) космос, планета  
б) страна, культура  
в) этнос, тип поселения  
г) друзья, семья

Напишите ответ:

## Часть 2 Практические задания для актуализации личного опыта

**Проведите самодиагностику уровня социализации, по предложенной методике Р.И. Мокшанцева, и предложите пути совершенствования личности для перехода на более высокий уровень .**

Выполнить диагностический тест «Уровни социализации личности» (версия Р.И.Мокшанцева )

В бланке для заполнения следует обвести кружочком номер пункта утверждения, с которым имеется любая степень согласия.

1. Комфортнее всего я чувствую себя среди похожих на меня людей.
2. Я чувствую себя обязанным помогать несчастным и обездоленным.
3. Я очень суеверен.
4. Занимайся своим делом и не вмешивайся в мое.
5. Жизнь — это соревнование, и ты должен быть впереди того, кто бежит по соседней дорожке.
6. Люди незнакомые, тем более иностранцы, вызывают у меня ощущение неудобства, неловкости.
7. По большей части жизнь — очень сложная штука.
8. Я — это одно, а окружающий меня мир — совсем другое.
9. Природа — наш главный учитель.
10. Мне нравится крепко поработать и выбиться вперед.
11. Что действительно необходимо этой стране, так это побольше порядка и строгости закона.
12. Сердце мое открыто для людей.
13. В мире так много нового, неожиданного, поражающего воображение.
14. Душе нужны неоткрытые земли.
15. Главное в жизни - это успех.
16. Никогда не следует забывать о вирусах и микробах — они проникают повсюду.
17. Я хочу лучше себя узнать.
18. Мои родственники, клан, компания — все на свете для меня без них я просто не мог бы жить.
19. Я верю, что между людьми существует глубокая духовная связь.
20. Я способен постоянно думать о том, как извлечь пользу из вещи или события.
21. Я все тщательно мою и вытираю — слишком чисто никогда не бывает.
22. Мне нравится изучать людей и разбираться в том, почему они поступают именно так, а не иначе.
23. В жизни все так запутано — я часто даже не понимаю, что к чему.
24. Я не могу причинить другому боль, не причиняя ее себе.
25. Люди слишком много о себе думают — лучше бы столько же работали.
26. Людям следует знать свое место.
27. Я часто прихожу в замешательство и ищу ответы на мучающие меня вопросы.
28. Я часто чувствую себя потерянным, и мне нужен человек, способный научить, что нужно делать.
29. В конце концов, все проблемы по большому счету будут решены.
30. Вокруг столько лентяев, которым никогда не добиться успеха в жизни.
31. Старое и испытанное — лучше всего.
32. Меня интересуют различные религии мира — в каждой из них есть частица правды.
33. Я сторонник естественного отбора — побеждает сильнейший.
34. Духу закона я верю больше, чем букве.
35. Глупец с деньгами быстро растает — он и заслуживает то, что имеет.
36. Я делаю так, как говорит мой врач, - докторам лучше знать.
37. Я люблю пробовать новые блюда.
38. Насколько я понимаю, каждый в жизни должен поступать так, как ему нравится.
39. Свободное от работы время я посвящаю своим собственным интересам.
40. Я верю в прогресс, любое коммерческое начинание должно быть по достоинству вознаграждено.
41. Я обычно поступаю так, как мне говорят.

42. Я верю, что по большому счету все мы — братья и сестры в этом мире.
43. Иногда пытки просто необходимы.
44. Окружающие иногда считают мои проступки эксцентричными; у меня есть собственные представления, идущие вразрез с общепринятыми.
45. Людям следует дать свободу в разработке природных ресурсов.
46. Если не соблюдать заповедей, Господь обязательно накажет.
47. Я еще не пришел к ясному пониманию собственного предназначения в этой жизни.
48. Каждый в этом мире — сам за себя.
49. Я хочу быть таким, какой я есть.
50. Свободное предпринимательство — это как раз то, что нужно: никто не имеет права вмешиваться в чужие дела.
51. Я верю в добро и зло, правду и неправду.
52. Когда у меня возникают проблемы, я всегда обращаюсь к окружающим за помощью.
53. Если кто-то стоит у тебя на пути — избавься от него.
54. Иногда я замечаю, что у меня развита интуиция, возможно, даже слишком развита.
55. Мне в голову приходят отличные идеи. Людям следует быть похожими на меня.
56. Искушение дьявола или сатаны действительно имеет большую силу.
57. У меня бывали моменты, когда я подумывал, уж не сошел ли я с ума.
58. Соблюдающий правила игры — наивный простака.
59. Прежде чем съесть сыр и хлеб, я обрезаю у них корочку.
60. Те, кто обращается к психиатру, просто сумасшедшие — я не из их числа.
61. Мне нравятся старые добрые традиции и старинные украшения.
62. Я часто имел дело с людьми, которые меня не понимали.
63. Я все время выгляжу несколько испуганным или настороженным.
64. Окружающие считают меня добрым и сострадательным.
65. Важно уметь правильно себя преподнести: это уже само по себе — половина дела.
  
66. Мне не нравятся незнакомые и заграничные продукты.
67. Я люблю животных; иногда они кажутся мне большими друзьями, чем люди.
68. Есть несколько этнических групп, которые затевают все время беспорядки. Нужно их каким-то образом держать в узде.
69. Я ощущаю в себе глубокую духовность, которую нет необходимости связывать с религией.
70. Первое впечатление наиболее важное. Вы с самого начала должны сделать решительный шаг к успеху.
71. Хороша она или нет, мне нравится моя страна.
72. Я считаю, что у животных есть свои права.
73. Только запугиванием и можно по-настоящему добиться того, чего хочешь.
74. Я ощущаю глубокую связь с природой и животными.
75. Одежда делает и мужчину, и женщину.
76. Животные разносят столько микробов!
77. Я считаю, что окружающая среда должна быть защищена от безжалостного разграбления.
78. Пробел.
79. Болезнетворные микробы меня не очень беспокоят — я считаю, что в большинстве случаев эмоции и собственные настроения являются источниками болезней.
80. Неудачники не вызывают у меня сочувствия.
81. Я всегда говорю: сэкономишь на подзатыльниках - испортишь ребенка.
82. Я бы с радостью присоединился к маршу протеста за то, что считаю правильным и справедливым.
83. Пробел.
84. Внешность не так уж важна — в жизни гораздо большее значение имеют внутренние качества человека.
85. Главная задача каждого — поддерживать о себе репутацию сильного человека.
86. Лишняя осторожность никогда не повредит.
87. Иногда я смущаюсь и чувствую, что меня не понимают.
88. Пробел.
89. Я без труда нахожу общий язык с людьми разных общественных слоев.
90. Простаков вокруг хоть пруд пруди.

91. Не следует особенно доверять людям незнакомым — лучше держаться людей своего круга.  
 92. Мне кажется, что в мире слишком много несправедливости, и мне следует содействовать ее исправлению.  
 93. Пробел.  
 94. Проявление жизни гораздо многообразнее того, что мы наблюдаем.  
 95. Если собираетесь посетить врача, выбирайте самого высокооплачиваемого и требуйте, чтобы все было сделано, как надо.

Бланк для заполнения

1	1	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91
2	2	7	12	17	22	27	32	37	42	47	52	57	62	67	72	77	82	87	92
3	3	8	13	18	23	28	33	38	43	48	53	58	63	68	73	-	-	-	-
4	4	9	14	19	24	29	34	39	44	49	54	59	64	69	74	79	84	89	94
5	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95

Степень выраженности признака определяется путем подсчета числа обведенных пунктов по каждой строке: По шкале 3:

1—5 — низкая, 6—10 — средняя, 11 — 15 — высокая. По шкалам 1, 2, 4, 5: 1—6 — низкая, 7—13 — средняя, 14—19 — высокая.

Интерпретационная база теста

1. *Младенец*. Низший уровень социальной зрелости.

Взрослый человек, остановившийся на этой стадии развития, способен воспринимать «не себя» как нечто таящее опасность и пугающее - и этим может быть чрезвычайно опасен. У него развивается тенденция к нападению и уничтожению всего, чего он не понимает. Подобным образом он склонен поступать и из чувства простого любопытства.

Эти выросшие *младенцы* обычно не знают, почему они поступают так, а не иначе. На вопросы о мотивах их действий они обычно отвечают: «Не знаю. Просто так». Абстрактное мышление у них отсутствует, мыслят они грубо и конкретно, ищут удовольствия и избегают боли. Их действиями управляют примитивные эмоции — гнев, желание, страх.

Окружающих воспринимают исключительно как средство для достижения собственных целей. При общении отводят взгляд. Искренних привязанностей не испытывают.

При полном отсутствии критического анализа, они нуждаются в указаниях и руководстве, без этого часто попадают в затруднительные положения. При отсутствии надлежащего контроля проявляют преступные наклонности. Зачастую вообще предпочитают тюремное заключение приводящему их в замешательство внешнему миру. Действия и поступки их отличаются беспомощностью.

Идея «выжить» — прежде всего. «Мне первому» — основной лозунг во всем.

Способны выполнять только простую, чаще всего рутинную работу.

Сексуальная близость основана лишь на половом влечении.

2. *Мальш*. Низкий уровень социальной зрелости.

Взрослый человек, остановившийся на этой стадии развития, стремится быть на кого-то похожими. Для него характерно желание иметь такую же машину, носить такую же одежду, что и соседи, знакомые.

Эти люди боятся тех, кто отличается от них. Испытывают слепую приверженность установившимся традициям и предубеждение против «других», выглядящих и поступающих «не так». Оказавшись вне привычного окружения, теряются, забывают о своих правилах и нормах поведения и зачастую поступают совершенно непредсказуемым образом. В разговоре они с трудом выдерживают прямой взгляд собеседника и часто пугаются людей, особенно незнакомых.

Они способны тщательно придерживаться полученных инструкций; добросовестно следуют букве закона, даже если не понимают его сути; готовы выполнять привычные задания, могут быть даже

незаменимы при выполнении определенного рода работ, но не способны к творческому мышлению. Наиболее подходят для бюрократической сферы деятельности.

Стремясь следовать мыслям стоящих над ними авторитетов, не задают лишних вопросов: «Я всего лишь исполнял приказ...». Испытывают замешательство, сталкиваясь с идеями, отличными от тех, на которых воспитывались. Мыслят категориями «хорошее» и «плохое», «правильно» и «неправильно», без полутонов. Основные свои усилия направляют на изучение правил, норм; не анализируя, воспринимают все, что является для них авторитетом. Однако столь же быстро готовы разрушить эти правила и подвергнуть свои воспринятые авторитеты бескомпромиссной проверке на прочность.

Провозглашая законность, они очень легко отказываются от нее и становятся на путь преступления. При этом обычно не берут на себя ответственность за совершенные преступления и пытаются переложить вину за них на какие-то не зависящие от них обстоятельства. «Черт попутал», — типичный для них ответ в подобной ситуации.

Вместе с тем, исповедуют концепцию неотвратимости наказания. Они и власть почитают лишь потому, что она несет с собой наказания за проступки.

В духовном плане они без лишних вопросов принимают веру, в которую обращены. Привержены идее: «Инакомыслящего следует или обратить в свою веру, или уничтожить». «Кто не с нами, тот против нас».

Своеобразно их отношение к пище. Они едят то, что им полезно, а не то, что им нравится. Разнообразие блюд практически не требуется. Пищу они предпочитают хорошенько прожаренную и с небольшим количеством специй. Импортные продукты воспринимаются пренебрежительно. Все, что их окружает, непременно должно быть тщательно вымыто и вычищено — и от пыли, и от разносящих заразу микробов.

Секс эти люди рассматривают как выполнение супружеского долга, необходимого для продолжения рода. Эта стадия развития человека является «досексуальной», и поэтому любое его сексуальное поведение инфантильно по своей природе.

### 3. *Подросток*. Переходный уровень социальной зрелости.

Взрослые люди, остановившиеся на этой стадии развития, во всем проявляют заложенный в них дух соперничества и стремления к победе. Они твердо уверены, что в каждой игре должен быть проигравший, и не хотят оказаться на его месте. Они делят весь мир на победителей и побежденных, сильных и слабых, богатых и бедных. Они шумны, амбициозны и дергают за все поводья, лишь бы оказаться впереди. С их точки зрения жульничество и обман вполне оправданы для достижения успеха. Жизнь — это сплошное соревнование, и победа в нем очень заманчива.

Эти люди зачастую оказываются весьма компетентными во многих вещах, развитое чувство дипломатичности позволяет им выходить без потерь из любой ситуации. Они могут быть настоящими мастерами в общении и обычно добиваются своего, говоря окружающим именно то, что те хотят от них услышать.

Они значительно рациональнее, чем их собратья, застывшие на более низкой ступени развития. Они знают, как пользоваться убеждением, как избежать подводных рифов в беседе, способны наперед просчитывать свои ходы. Иногда создается впечатление, что в них начисто отсутствует сердце или чувство сострадания, они редко прислушиваются к голосу эмоций.

Оказавшись в затруднительном положении, они склонны решать проблему одним махом, не откладывая дело в долгий ящик. С работой предпочитают справляться самостоятельно, не обращаясь за помощью к окружающим. Обращение к кому-то за помощью заставляет их чувствовать себя побежденными.

Все внимание таких людей направлено на достижение победы — любой ценой. Они пытаются навязать свою точку зрения — всеми доступными им способами: преследованием оппонентов, запугиванием их, подтасовкой фактов, подкупом. Их внимание сконцентрировано исключительно на победе, славе, богатстве, общественном положении и власти.

Эти люди способны очень упорно работать, чтобы добиться успеха и вырваться вперед, даже за счет сокращения времени, уделяемого семье. Им нравится путешествовать, особенно если это каким-то образом можно связать с освоением новых территорий или повышением общественного статуса. Иногда из любопытства они изучают различные культурные традиции и религии. Собственные взгляды на подобные вещи они также способны изменить довольно быстро, если это обещает какую-то выгоду немедленно или определенный рост в отдаленном будущем.

Взрослые *подростки* всегда чувствуют себя неуютно, когда речь заходит о смерти. Они подсознательно воспринимают смерть как поражение и пытаются укрыться от нее

эвфемистическим ее отрицанием, например, желая быть похороненным где-нибудь на вершине холма, откуда открывается живописный вид. Эти люди очень озабочены своей внешностью, любой ценой стремятся выглядеть молодыми и бодрыми. Старость — это проигрыш. Именно они прибегают к пластическим операциям для поддержания своей молодости.

Отношения с окружающими у них редко бывают равными, поскольку кто-то, по их мнению, непременно должен быть победителем в повседневной борьбе за пальму первенства, а кому-то суждено стать побежденным, или, в лучшем случае, уступить пьедестал почета. Эти люди зачастую смотрят в глаза собеседнику, но в основном, чтобы оказать на него давление или придать большую убедительность своим словам. Если разговор переходит на предметы личного характера, зрительный контакт прерывается.

*4. Юноша.* Высокий уровень социальной зрелости.

Взрослый человек, остановившийся на этой стадии развития, очень восприимчив к чувствам окружающих. Эмоционально он отождествляет себя с другими людьми, что способствует развитию глубоких, продолжительных взаимоотношений. Однако эти взаимоотношения нередко и осложняются, поскольку такой человек не всегда способен точно определить искренность и направленность чувств.

Взрослые *юноши* обладают высокоразвитыми способностями, которые позволяют им достичь заметных высот во многих областях жизни и сделать значительный вклад в развитие человечества. Обостренное восприятие окружающего мира и чувство личной ответственности помогают им в проведении в жизнь прогрессивных мероприятий и реформ. Эти люди не боятся выразить несогласие с политикой правительства, руководства компании; как правило, они упорно трудятся во имя принципов, в которые верят, и получают за свою работу более чем скромное вознаграждение. Деньги не стоят для них на первом месте.

Очень идеалистичные в своих мыслях, они нередко выступают основателями новейших философских и идеологических взглядов, направленных на искоренение существующей в мире несправедливости. Предлагаемые ими социальные реформы тщательно продуманы, но обычно содержат в себе изъяны, которые впоследствии их и разрушают. Творцы и созидатели, они эмоционально очень привязаны к своим идеям и нередко не жалеют ради них жизни. Тем не менее, они столь же открыты для восприятия идей и чувств окружающих.

В жизни их часто царит беспорядок, и окружающим бывает нелегко их понять. Они не сориентированы на славу и богатство, хотя на них каким-то образом может свалиться и то, и другое. Они ищут ответы на свои действительно нелегкие вопросы и проникнуты чувством необходимости внести свой вклад в развитие мира. Эти люди могут быть высокоуважаемыми членами общества, показывая прекрасные результаты во всем, за что бы они ни брались.

В разговоре, если они не испытывают сильного внутреннего напряжения или приливов самоуничижения, взрослые *юноши* обычно поддерживают хороший зрительный контакт. Вообще же, понимая беды и чаяния людей, они не склонны ни воспринимать их как свои собственные, ни перекладывать свои беды на плечи окружающих. Для этих людей характерна привязанность к животным, с которыми они способны эмоционально идентифицировать себя.

*5. Взрослый.* Высший уровень социальной зрелости. Основное отличие *взрослого* от предшествующих ему типов зрелости состоит в том, что его действия не привязаны к его эмоциям. Его перспективы основаны на приобретенном опыте. Точка зрения *взрослого*: «Я признаю, что есть я и есть ты — и мы оба личности, и ты имеешь право быть таким, какой ты есть. Иными словами — живи сам и дай жить другому». Этот человек способен воспринимать всю картину окружающего целиком, он знает, как применить уроки, вынесенные из одной жизненной ситуации, к другой.

Поведение такого человека стабильно, и эмоции уравновешены с мыслями и действиями практически в любой ситуации. Эти люди в большей степени раскрепощены и не стремятся идентифицировать себя с заботами окружающих и мировыми проблемами. Вместо проявления сострадания, они предпринимая конкретные действия, способные разрешить возникающую проблему. Они любят поспорить на философские темы, но предпочитают развивать свой взгляд на вещи и понимание мира. Их подход к делу отличается конкретностью, выявлением сути проблемы и одновременно дипломатичностью. Они могут быть развиты в интеллектуальном плане, но обычно изъясняются простым языком, легко доступным для понимания.

Устремления взрослого направлены на развитие личности и внесение своего вклада в благосостояние окружающих. Когда что-то не ладится, вместо обвинения в этом окружающих, они склонны брать ответственность за происходящее на свои плечи и ищут возможность исправить положение.

Устремления *взрослого* направлены на поиск дела, приносящего ему чувство удовлетворения, независимо от уровня оплаты или прибыльности. Они предпочитают сами выбирать удобные для себя часы работы и выполнять ее с максимальной степенью независимости. При этом трудятся настолько высокоэффективно, что выполняют больший объем работы за более короткий период времени, чем другие. Обладая врожденными талантами во многих областях человеческой деятельности, они обычно знают, как добиться максимального результата при минимальных затратах сил. Они прекрасно чувствуют себя среди представителей разных слоев общества, держатся со всеми на равных и не испытывают потребности причислять себя к той или иной социальной категории.

*Взрослые* любят занимательные игры и хороший отдых, им нравятся чувственные удовольствия. Любят они и посылаться без дела. Это потому, что эти люди больше ценят «бытие», а не «деятельность», сущность, а не внешний лоск. Они скорее предпочтут удобное, чем модное. Им безразлично, что о них думают окружающие, раз они сами чувствуют себя удовлетворенными. Они умеют приспосабливать нормы поведения к самым неожиданным ситуациям, в которых чувствуют себя не менее комфортно.

Их отношения с людьми наполнены теплотой, взаимопониманием и способны продолжаться очень долго. Для них не характерны психологические драмы и тем более трагедии, у них философский взгляд на отношения между людьми: прерывая эти отношения, они не опускаются до мести. В их восприятии окружающих присутствует взаимопонимание и уважение к чужой, отличной от их собственной, точке зрения, к индивидуальности в каждом человеке. Они остро ощущают непостоянство жизни и готовы к внезапным переменам, связанным с переменой места жительства или даже со смертью. Они способны горько переживать утрату, но лишь еще с большим упорством погружаются в повседневные дела и обязанности.

В общении они поддерживают длительный зрительный контакт с собеседником.

По результатам теста сделайте вывод о Вашем уровне социализации и способах его корректировки.

### **3. Групповая работа**

Выполнение упражнений направленных на развитие личности исходя из социальной роли.

#### **Учебная литература**

1. Соснин В.А. Социальная психология: учебник для спо / В.А. Соснин, Е.А. Красникова. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М.- 2009. - 336 с.
2. Социальная психология / под ред. С. Московичи. - 7-е изд. - М. [и др.] : Питер.- 2009. - 592 с. - (Мастера психологии).
3. Грановская Р. М., Элементы практической психологии /Р.М. Грановская– СПб: Свет, 2008.
4. Психология: электронный учебник/ В.В. Никандров. - Электрон. дан. – М.: Кнорус, 2009.-1 электрон.

### **Практическое занятие №2**

#### **Социально-психологическая характеристика на основе темперамента и характера**

##### Методические указания

Цель занятия: научиться составлять социально-психологическую характеристику личности на основе темперамента и характера.

В результате изучения данной темы студент должен знать социально-психологическую характеристику личности, уметь диагностировать социально-психологические качества и типы личности, владеть навыками самоанализа, применять диагностические методики на определение психологических свойств личности.

### Содержание работы

#### **Часть 1 Задания для проверки теоретических знаний**

1. Вставьте пропущенные слова в предложения:

А) Свойства ..... и есть те природные свойства, которые определяют динамику протекания психической деятельности.

Б) В основе темперамента лежит тип ..... системы.

В) От ..... зависят особенности характера, определяющие динамику его проявления.

2. Используя типологию Айзенка, определите, какому типу темперамента соответствует эмоционально устойчивый экстраверт...

А) сангвиник

Б) холерик

В) флегматик

Г) меланхолик.

3. Способность выдерживать длительные нагрузки, работоспособность и выносливость – в этом проявляется ..... нервной системы.

4. Самым лучшим типом темперамента является.....

А) сангвиник

Б) холерик

В) меланхолик

Г) флегматик

Д) все ответы не верны.

5. Из указанных в скобках слов выберите те, которые находятся к данному слову в том же отношении, что в приведенном образе.

ТЕМПЕРАМЕНТ - .....(характер, эмоции, тип нервной системы, знание, отражение)

Образец: психика – мозг.

6. Что из перечисленного является чертой характера, а не особенностью темперамента?

А) глубина чувств

Б) высокая работоспособность

В) трудолюбие

Г) подвижность.

7. Темперамент проявляется в .....

А) речи

Б) общении

В) умственной деятельности.

Г) все ответы верны.

8. Разведите черты характера и свойства темперамента:

Неуравновешенность, трудолюбие, чувство долга, ответственность, хорошая координация, аккуратность, впечатлительность, вежливость, низкая работоспособность, быстрое включение в работу, низкая адаптивность, высокая контактность, цикличность в настроении и деятельности, замкнутость, ранимость, малоподвижность.

## Часть 2 Практические задания для актуализации личного опыта

### 1) Определите свой тип темперамента

Ответьте на приведенную ниже экспресс методику по определению типа темперамента, составьте схему и опишите ее, выделив достоинства и недостатки данного типа темперамента. Предложите пути совершенствования ярко выраженных недостатков.

Инструкция:

1. Проранжируйте свое согласие (высокие баллы) или несогласие (низкие баллы) приведенными высказываниями по 5 бальной шкале.	2. Сделайте расчеты по формулам:	3. Запишите в порядке убывания полученные суммы (самое большое, меньше, меньше). Символы с одинаковым значением поместите рядом и обведите в кружок. Символ, находящийся на 1 месте является преобладающим типом темперамента.	4. Опишите полученный тип темперамента, выделив «+» и «-», подчеркните сильные стороны Вашего темперамента способствующие успешности деятельности
1. Перед каким-либо важным для меня событием я начинаю нервничать. 2. Я работаю неравномерно, рывками. 3. Я быстро переключаюсь с одного дела на другое. 4. Если нужно я могу спокойно ждать. 5. Мне нужны сочувствие и поддержка особенно при неудачах и трудностях. 6. С равными я не сдержан и вспыльчив. 7. Мне нетрудно сделать выбор. 8. Мне не приходится сдерживать эмоции, это получается само собой.	$M=1+5$ (М-меланхолик, сложить баллы по 1 и 5 вопросам) $X=2+6$ (Х-холерик, сложить баллы по 2 и 6 вопросам) $C=3+7$ (С-сангвиник, сложить баллы по 3 и 7 вопросам) $\Phi=4+8$ (Ф-флегматик, сложить баллы по 4 и 8 вопросам)		

### 2) Выделите черты характера, которые компенсируют слабые стороны вашего типа темперамента

Впишите соответственно алфавитному порядку названия черт характера. Например: А – аккуратность, Б – бестактность и т.д.

А- _____ Б- _____ В- _____ Г- _____ Д- _____ Е- _____ Ж- _____ З- _____ И- _____	К- _____ Л- _____ М- _____ Н- _____ О- _____ П- _____ Р- _____ С- _____ Т- _____	У- _____ Ф- _____ Х- _____ Ц- _____ Ш- _____ Щ- _____ Э- _____ Ю- _____ Я- _____
--	--	--

### **3. Групповая работа**

- 1) Заполнить таблицу характеристика темперамента по темпоритму
- 2) Рисунки (проверить правильно определены герои по типу темперамента, опишите героя на рисунке ответив на вопрос какой он? Указав черты темперамента и характера)
- 3) Анализ ситуаций (прогнозирование поведения людей определенного типа темперамента)

### **Учебная литература**

1. Крысько В.Г. Социальная психология / В.Г. Крысько. - 2-е изд. - М. [и др.]: Питер.- 2010. - 431 с. - (Учебник для вузов).
2. Морозов, А.В. Социальная психология : учебник для вузов / Морозов, А.В. - 2-е изд. - М. : Академический проект: Логос.- 2010. - 336.
3. Соснин В.А. Социальная психология: учебник для СПО / В.А. Соснин, Е.А. Красникова. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М.- 2009. - 336 с.
4. Социальная психология: учебник для СПО / С.А. Сущенко, Т.В. Плотникова, Н.И. Сидоркин. - 2-е изд. - Ростов н/Д: Феникс.- 2009. - 345 с. - (Среднее проф. образование).
5. Психология личности. Тексты. Хрестоматия: электронный учебник. Под редакцией Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря.:М. (Говорящая книга). 2009.

### **Практическое занятие №3**

#### **Конфликты и пути их разрешения**

/Дидактическая игра/

#### Методические указания

Цель занятия: Развитие у студентов навыков оценки глубины конфликтной ситуации с использованием специальных методик и формирование у них умений принимать адекватные решения по поводу поведения субъектов конфликта в конфликтном взаимодействии.

*В результате изучения данной темы студент должен знать* природу конфликтов и пути их разрешения, уметь разрешать конфликтные ситуации

Содержание работы:

#### **Порядок проведения игры**

*Подготовительный этап.*

За одну-две недели студентам выдают задание и установку на подготовку к игре. Суть задания состоит в следующем.

1. Студенты получают тест «Оценка глубины конфликта» для изучения его содержания.
2. Для апробации теста, обучаемые самостоятельно должны проанализировать конфликтные ситуации, которые происходили с их участием или которые они наблюдали, на предмет оценки выраженности каждого из 8 факторов, представленных в тесте, и быть готовыми к докладу по этому вопросу на занятии.

### Тест Оценка глубины конфликта

В целях оценки конфликтной ситуации и характера поведения субъекта, улаживающего конфликт, вашему вниманию предлагается данный тест. В тесте представлены 8 основных позиций, имеющих непосредственное отношение к конфликтной ситуации. Ваша задача состоит в том, чтобы оценить выраженность каждого фактора по пятибалльной Шкале. Сильная выраженность факторов левой стороны теста оценивается 1 баллом, а правой — 5 баллами. После оценки каждой позиции в тесте следует подсчитать общую сумму баллов, которая будет свидетельствовать о глубине конфликта.

1. Стороны осознают причину конфликта	1 2 3 4 5	Стороны не осознают причину конфликта
2. Причина конфликта имеет эмоциональный характер	1 2 3 4 5	Причина конфликта имеет материальный характер
3. Цель конфликтующих — устремленность к социальной справедливости	1 2 3 4 5	Цель конфликтующих — получение привилегий
4. Есть общая цель, к которой стремятся все	1 2 3 4 5	Общей цели нет
5. Сферы сближения выражены	1 2 3 4 5	Сферы сближения не выражены
6. Сферы сближения касаются эмоциональных проблем	1 2 3 4 5	Сферы сближения касаются материальных (служебных) проблем
7. Лидеры мнений не выделяются	1 2 3 4 5	Замечено влияние лидеров мнений
8. В процессе общения оппоненты придерживаются норм поведения	1 2 3 4 5	В процессе общения оппоненты не придерживаются норм поведения

#### Оценка результатов

*Сумма баллов, равная 35-40*, свидетельствует о том, что конфликтующие заняли по отношению друг к другу жесткую позицию.

*Сумма баллов, равная 25-34*, указывает на колебания в отношениях конфликтующих сторон.

Рекомендации субъектам, улаживающим конфликт:

а) если вы *руководитель*, то:

—при *сумме баллов 35-40* вы должны выступать в роли обвинителя и для разрешения конфликтной ситуации в основном следует прибегать к административным мерам;

—при *сумме баллов 25-34* вы должны выступать в роли консультанта и для разрешения конфликтной ситуации в основном следует прибегать к психологическим мерам;

—при *сумме баллов менее 24* — вы должны выступать в роли воспитателя и в этом случае для разрешения конфликтной ситуации целесообразно использовать педагогические меры.

б) если вы являетесь *медиатором*, то:

—при *сумме баллов 35-40* — следует предпринять меры по разъединению конфликтующих сторон и приступить к переговорам с ними диалективным способом до снижения накала борьбы между ними;

—при сумме баллов 25-34 — можно попытаться на очередной встрече в переговорном процессе перевести конфликт в конструктивную фазу;  
—при сумме баллов менее 24 — можно активизировать усилия по подготовке конструктивного решения.

*В ходе занятия.*

1. Проводится игровая разминка. В течение 10-15 минут заслушиваются и анализируются задания студентов, выполненные ими на подготовительном этапе.

2. Создаются и анализируются игровые ситуации.

Игровая ситуация. Студенты разбиваются на игровые группы по 4 человека. В каждой игровой группе 2 человека играют роль конфликтующих, 1 — роль менеджера и 1 медиатора (в ходе игры студенты меняются ролями). Далее преподаватель дает игровую установку:

- конфликтующим — определяется предмет конфликта и направление конфликтного взаимодействия, которое они должны разыграть (направление взаимодействия не должно быть известно другим участникам игры);
- менеджеру и медиатору — сообщаются предмет конфликта и дается ролевая установка на оценку глубины конфликта между условными конфликтантами методом беседы с ними, наблюдения за их поведением, опираясь на тестовые позиции, и принятия решения на разрешение конфликта.

На подготовку к ролевому взаимодействию участникам дается 10 минут. На ролевое взаимодействие отводится 10-15 минут. Каждый игровой сюжет обсуждается.

#### **Учебная литература**

1. Крысько В.Г. Социальная психология / В.Г. Крысько. - 2-е изд. - М. [и др.]: Питер.- 2010. - 431 с. - (Учебник для вузов).
2. Морозов, А.В. Социальная психология : учебник для вузов / Морозов, А.В. - 2-е изд. - М. : Академический проект: Логос.- 2010. - 336.
3. Соснин В.А. Социальная психология: учебник для СПО / В.А. Соснин, Е.А. Красникова. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М.- 2009. - 336 с.

#### **Практическое занятие №4**

**Диагностика особенностей общения и эмоциональных переживаний студентов.**

Методические указания

Цель занятия: Развитие навыков эффективного общения, формирование умений управлять своим поведением в ситуациях социального взаимодействия.

В результате изучения данной темы студент должен знать содержание, средства общения и приемы организации коммуникаций; уметь выбирать оптимальный стиль общения и взаимодействия в различных группах.

Содержание работы:

#### **Часть 1 Задания для самопроверки теоретических знаний:**

1. Вставьте пропущенные слова в предложениях

А) Общение – один из важнейших инструментов .....человека.

Б) Общение – способ существования.....

В) Общение – способ удовлетворения и регулирования основных.....человека.

Г) Общение – главный канал .....людей.

2. Сравните ниже приведенные определения, выделите основное содержание понятия «общение», составьте схему: «элементы категории общения».

Общение – процесс взаимосвязи и взаимодействия общественных субъектов (личностей, групп), характеризующийся обменом деятельностью, информацией, опытом, способностями, умениями и навыками, а также результатами деятельности; как одно из необходимых и всеобщих условий формирования и развития общества и личности.

Общение – взаимодействие двух и более людей, состоящее в обмене между ними информацией познавательного или аффективно-оценочного характера.

Общение – сложный, многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми, порождаемый потребностями в совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, выработку единой стратегии взаимодействия, восприятие и понимание людьми друг друга.

Схема «элементы категории общения»

3. Установите соответствие функции общения и их содержание

1) прагматическая	А) реализуется в общении человека с самим собой через внутреннюю и внешнюю речь, построенную по типу диалога
2) формирующая	Б) реализуется при взаимодействии людей в процессе совместной деятельности
3) подтверждающая	В) реализуется в процессе общения с другими людьми, когда человек получает возможность познать, утвердить и подтвердить себя.
4) организация и поддержание межличностных отношений	Г) осуществляется на разных уровнях – от интимно-личностных до деловых
5) внутриличностная	Д) проявляется в процессе формирования и развития человека

Напишите ответ:

4. Заполните таблицу «основные виды общения». Приведите примеры.

По контакту с собеседником	По времени контакта	По уровню передачи информации

5. Назовите типы общения и дайте им характеристику

---

---

---

---

---

---

---

---

6. *Познакомьтесь с дополнительной информацией, определите понятие «общительность», укажите типы личностей (на основе известных Вам психологических типологий), которые быстро вступают в контакт. Используйте эту информацию при выполнении практических заданий.*

Полноценность общения определяется количеством потребностей, удовлетворяемых в его процессе, и зависит от отношения участников взаимодействия друг к другу. При этом позитивными факторами являются, принадлежность к одному социальному слою, одной возрастной категории, наличие общих интересов. Умение находить оптимальные способы общения, ведущие к развитию доброжелательных отношений, характеризует общительность человека (определите это понятие)

**Общительность – это....**

Повышенный интерес к происходящему проявляют психологические типы личностей.....они, как правило, быстро вступают в контакт, занимают ведущую позицию в общении, с легкостью переключаются на общение от других занятий и т.п. сформированная в личности направленность на человека способствует успешности общения, если в ней проявляется отношение, которое порождает ориентировку на положительные качества в другом человеке. Однако для того чтобы грамотно общаться, человек должен иметь целый ряд характеристик в разных сферах:

интеллектуальная – хороший объем, устойчивость, распределение внимания; наблюдательность по отношению к окружающим людям, хорошая память, способность анализировать поступки человека и видеть за ними мотивы, любознательность сообразительность;

эмоциональная – доброжелательность, эмпатичность, умение ставить себя на место другого;

волевая – самообладание, уравновешенность, смелость, контроль над своим поведением.

7) Эмоции проявляются...

- А) во внутренних переживаниях
- Б) в поведении человека
- В) на физиологическом уровне
- Г) все ответы верны.

8) Ученик обиделся на учителя, когда тот пересадил его с одной парты на другую. Он долго размышлял, почему его пересадили, и на всех уроках сидел расстроенный и подавленный. Дома долго не мог успокоиться. Определите вид переживания.

- А) настроение
- Б) аффект
- В) страсть
- Г) все ответы неверны.

9) Эмоционально - чувственные переживания отличаются....

- А) глубиной и силой переживаний
- Б) длительностью
- В) контролем со стороны сознания человека.
- Г) все ответы верны.

10) Назовите правильное утверждение:

- а) эмоции сопровождают все психические процессы
- б) эмоции обеспечивают не отражение объекта, а субъективное к нему отношение
- в) эмоции – это особый класс психических состояний, связанные с потребностно-мотивационной сферой личности.

11) Изобразите схематично классификацию основных видов чувств.

## **Часть 2 Практические задания для актуализации личного опыта.**

1. Задание. Определите уровень своей общительности (тест В.Ф. Ряховского). Ответьте на вопросы опросника. Варианты ответов: да, нет, иногда.

1. Выбивает ли вас ожидание какой-либо встречи из колеи?
2. Вызывает ли у вас смутение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо мероприятии?
3. Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в другой город на студенческую конференцию. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы этого избежать?
5. Любите ли вы делиться своими переживаниями с окружающими людьми?
6. Раздражаетесь ли вы, если незнакомый человек на улице обратился к вам с просьбой или вопросом?
7. Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В столовой вам подали недоброкачественное блюдо, промолчите ли вы?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он.
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (магазине, кинотеатре, библиотеке)?
12. Бойтесь ли вы участвовать в какой – либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У вас есть собственные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и чужих мнений на этот счет вы не примете, это так?
14. Услышав где –либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочитаете ли вы промолчать и не вступать в спор?
15. Вызывает ли у вас досаду чья – либо просьба помочь разобраться в учебной теме?
16. Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения в письменной форме, чем в устной?

Оценка ответов: «да» -2 балла, «иногда» -1 балл, «нет» -0 баллов. Полученные баллы суммируются.

30-32 балла. Вы явно общительны. Близким вам людям нелегко, вам трудно работать в команде. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

25-29 баллов. Вы замкнуты, предпочитаете одиночество, поэтому у вас мало друзей. Необходимость новых контактов выводит вас из равновесия. Однако бывает, что при сильной увлеченности вы раскрываетесь и становитесь общительным. Стоит только захотеть.

19-24 балла. Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой. В ваших высказываниях много сарказма. Однако эти недостатки исправимы.

14-18 баллов. Вы общительны. Уверенно вступаете в контакт с другими людьми. Тактичный собеседник.

9-13 баллов. Вы весьма общительны, любопытны, любите высказываться по разным вопросам. Охотно знакомитесь с новыми людьми, любите бывать в центре внимания. Вам недостает усидчивости, терпения и решительности, когда сталкиваетесь с серьезными проблемами.

4-8 баллов. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Всегда в курсе всех дел, любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас хандру. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

3 балла и менее. Ваша общительность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, не имеющие к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых не компетентны. Бываете вспыльчивы и обидчивы. Окружающим людям трудно с вами. Вам надо поработать над собой и своим характером. Прежде всего, воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительное отношение к людям.

## Задание 2.

Проанализируйте особенности вашего общения в начале разговора, при его поддержании и окончании. Для этого вспомните, как чаще вы общаетесь. Прочитайте и выделите ответы, соответствующие вашему стилю ведения беседы.

### Способы начала разговора

А. Начало разговора зависит от:

- собеседника, если он первый с вами заговорил,
- ситуации, если она требует от вас активности;
- цели, если она предусматривает совместное действие.

Б. Начало разговора зависит от:

- вашего желания общаться с этим человеком;
- вашего настроения;
- вашей активности вне зависимости от цели, которая может и не предусматривать партнерского взаимодействия.

### Поддержание разговора

А. для поддержания разговора вы:

- искренне интересуетесь мнением собеседника;
- задаете вопросы, побуждающие собеседника поделиться с вами его знаниями;
- внимательно прислушиваетесь к проблемам вашего собеседника.

Б. для поддержания разговора вы:

- рассказываете забавные случаи из жизни своей или других людей;
- делитесь своими проблемами;
- рассказываете о своих увлечениях, интересах.

### Завершение разговора

А. завершая разговор вы:

- отдадите инициативу первым попрощаться своему собеседнику;
- ориентируетесь на реализацию целей своего собеседника;

-будете вежливо ждать, пока ваш собеседник выскажется, даже если спешите.

Б. завершая разговор, вы:

-являетесь инициатором его прекращения;

-прощаетесь с собеседником, если ваша цель реализована;

-можете прервать его на полуслове, если потеряли интерес к собеседнику.

Если ваши ответы совпадали с вариантами А, то у вас есть явный талант слушателя.

Однако замечали ли вы за собой напряжение, если беседа излишне затянулась?

Проанализируйте эти случаи и попробуйте найти новые способы беседы.

Если ваши ответы совпадали с вариантами Б, то вы - доминантный собеседник, однако обратите внимание на навыки слушания. Может быть, за излишней активностью в разговоре вы пропускаете ценную информацию от своих собеседников.

### Задание 3. Развитие эмпатии

1. Подумайте, способны ли вы отвечать на такие вопросы: «Что я сейчас переживаю?», «Чего я в данный момент хочу?», «Зачем я это делаю?». Если вы умеете отдавать себе в этом отчету вас есть способность мыслить за других.

2. Подумайте и решите, почему в одинаковых ситуациях вы иногда действуете одним образом, а иногда — другим. Вспомните конкретные события. Нужно знать причины своих действий. Это поможет вам понимать причины действий других.

3. Назовите (про себя) имя человека, который вам неприятен. Решите, в чем здесь причина.

4. Вспомните случаи, когда в беседе ваш собеседник отстаивал, как вам думается, совсем абсурдную точку зрения. Почему он это делал?

5. Были ли случаи, когда вы, слушая оратора, думали, что он говорит одно, а подразумевает другое? Почему вы так думали?

6. Если вы хотите развить свою способность понимать переживания и намерения других людей, выработайте у себя привычку наблюдать.

- Обратив внимание на какого-нибудь человека, оцените его эмоциональное состояние.
  - Научитесь слушать других людей.
- Перед тем как что-нибудь предлагать или высказать просьбу, подумайте, могут ли вам возразить?
- Наблюдая за человеком, попробуйте угадать, во что этот человек будет одет в следующий раз. Часто ли подтверждаются ваши прогнозы?
- Когда смотрите по телевизору художественные фильмы, периодически выключайте звук. При этом старайтесь не терять нити событий. Это поможет вам развить способность идентифицировать себя с другими лицами.

7. Когда будете в картинной галерее, понаблюдайте за людьми, которые будут внимательно рассматривать картину: а) изображающую радостное событие и б) изображающую печальные или трагические события. Сравните поведение двух групп людей, обратив внимание на их лица, осанку, жесты, характер переговоров между ними. Заметили ли вы разницу?

### Часть 3 Групповая работа

Решение ситуаций направленных на установление контакта при социальном взаимодействии.

#### Учебная литература

1. Социальная психология: учебник для спо / С.А. Суценко, Т.В. Плотникова, Н.И. Сидоркин. - 2-е изд. - Ростов н/Д: Феникс.- 2009. - 345 с. - (Среднее проф. образование).
2. Лупьян Я. А., Барьеры общения, конфликты, стресс /Я.А. Лупьян - М., 2009.