

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
профессионального образования  
«Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет»  
(ННГАСУ)

---

Кафедра психологии

# ПСИХОЛОГИЯ

Методические рекомендации к практическим занятиям по  
курсу «Психология» для студентов 1 курса ОТФ

Часть 2

Нижний Новгород  
ННГАСУ  
2012

УДК 159.9:378  
ББК 88.4

Психология: Методические рекомендации к практическим занятиям по курсу «Психология» для студентов 1 курса ОТФ. Часть 2 /Нижегор.гос.архитектур.-строит.унив-т; сост. С.М.Зинина, Н.А.Зими́на, Т.Г.Харитонова, С.В.Чеботарева. Н.Новгород: ННГАСУ, 2012.

Данные методические рекомендации содержат задания для студентов по проведению психологической самодиагностики индивидуальных особенностей, изучаемых в курсе «Психология» и рекомендации по их обработке, анализу и интерпретации.

Составители: кандидат психологических наук, доцент С.М.Зинина, кандидат психологических наук, доцент Н.А.Зими́на, доктор психологических наук, доцент Т.Г.Харитонова, кандидат психологических наук, ст.преподаватель С.В.Чеботарева.

©Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, 2012

© С.М.Зинина, 2012

© Н.А.Зими́на, 2012

© Т.Г.Харитонова, 2012

©С.В.Чеботарева, 2012

## Содержание

	стр.
Введение.....	4
1. Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей .....	5
2. Изучение самооценки личности с помощью методики «Самооценка-1»	8
3. Изучение самооценки личности с помощью методики «Самооценка-2» ..	12
4. Диагностика сферы профессиональных предпочтений с помощью опросника ДДО (Е.А.Климова) .....	14
5. Изучение коммуникативных и организаторских склонностей с помощью опросника «КОС» .....	21
6. Изучение стиля поведения в конфликтной ситуации с помощью теста К.Томаса .....	27
7. Изучение свойств внимания с помощью методики «Числа» .....	31

## ВВЕДЕНИЕ

В данной части методических рекомендаций по курсу «Психология» представлены подходы к изучению индивидуальных особенностей человека с точки зрения психологии.

Методические рекомендации содержат диагностические материалы по изучению самооценки личности, диагностике удовлетворенности основных потребностей личности, материалы для изучения профессионально-ориентированного типа личности, изучению коммуникативных и организаторских склонностей, изучению стиля поведения в конфликтной ситуации, изучению свойств внимания, а так же бланки для ответов и рекомендации по обработке и анализу результатов.

Изучение индивидуальных особенностей студента проводится в виде рефлексивной самодиагностики, в результате чего студент получает данные касающиеся особенностей своей личности, своего профессионального самоопределения (своих склонностей, способностей, профессиональных предпочтений и т.д.), развития своих познавательных процессов. Проанализировав полученную в результате самодиагностики информацию студент открывает для себя перспективы саморазвития и самовоспитания своей личности. Эта работа носит мощный активизирующий характер.

Перед проведением самодиагностики со студентами проводится вводная беседа, выясняются их знания по теме занятия и первоначальное мнение по поводу уровня развития у них исследуемого качества. После проведения психодиагностики с помощью методик со студентами проводится беседа с обсуждением полученных результатов.

Выполнение представленных практических заданий будет способствовать обогащению психологической компетентности, развитию психологического сознания, формированию компетенций в области общения, личностной рефлексии, выработке необходимых ценностных ориентиров и профессионально важных качеств личности будущих специалистов.

## МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ СТЕПЕНИ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ОСНОВНЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ

Инструкция: Перед вами 15 утверждений, которые Вы должны оценить, попарно сравнивая их между собой. Сначала оцените 1-е утверждение со 2-м, 3-м и т.д. и результат впишите в первую колонку. Так, если при сравнении первого утверждения со вторым, предпочтительным для себя вы сочтете второе, то в начальную клеточку впишите цифру 2. Если же предпочтительным окажется первое утверждение, то впишите цифру 1.

Затем то же самое сделайте со вторым утверждением: сравните его сначала с 3-м, потом с 4-м и т.д., и вписывайте результат во вторую колонку.

Подобным же образом работайте с остальными утверждениями, постепенно заполняя весь бланк.

Во время работы полезно к каждому утверждению подставлять фразу «Я хочу...»

1. Добиться признания и уважения.
2. Иметь теплые отношения с людьми.
3. Обеспечить себе будущее.
4. Зарабатывать на жизнь.
5. Иметь хороших собеседников.
6. Упрочить свое положение.
7. Развивать свои силы и способности.
8. Обеспечить себе материальный комфорт.
9. Повышать уровень мастерства и компетентности.
10. Избегать неприятностей.
11. Стремиться к новому и неизведанному.
12. Обеспечить себе положение влияния.
13. Покупать хорошие вещи.
14. Заниматься делом, требующим полной отдачи.
15. Быть понятым другими.

Бланк для ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

КЛЮЧ

а) Подсчитайте количество баллов (т. е. выборов), выпавших на каждое утверждение (во всем бланке – по диагонали и в столбце), за каждый выбор – один балл;

Выберите 5 утверждений, получивших наибольшее количество баллов и расположите их по иерархии. Это **ваши главные потребности**.

б) Для определения степени удовлетворенности пяти главных потребностей (По А.Маслоу), подсчитайте сумму баллов по пяти блокам по следующим вопросам:

1. Материальные потребности: 4, 8, 13;

2. Потребности в безопасности: 3, 6, 10;
3. Социальные (межличностные) потребности: 2, 5, 15;
4. Потребности в признании: 1, 9, 12;
5. Потребности в самовыражении, самоактуализации: 7, 11, 14.

в) Изобразите результат графически, что поможет выделить три зоны удовлетворенности по пяти потребностям.

До 14 баллов – зона удовлетворенности

От 15 до 28 баллов – зона частичной удовлетворенности

От 28 до 42 баллов – зона неудовлетворенности.

### График удовлетворения потребностей

42	<i>зона неудовлетворенности</i>				
28	<i>зона частичной удовлетворенности</i>				
14	<i>зона удовлетворенности</i>				
	1. Материальные потребности	2. Потребности в безопасности	3. Социальные (межличностные) потребности	4. Потребности в признании	5. Потребности в самоактуализации

## ИЗУЧЕНИЕ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ «САМООЦЕНКА-1»<sup>1</sup>

### Инструкция:

Каждый человек имеет определенные представления об идеале наиболее ценных свойствах личности. На эти качества люди ориентируются в процессе самовоспитания. Какие качества вы более всего цените в людях? У разных людей эти представления неодинаковы, а потому не совпадают результаты самовоспитания. Какие же представления об идеале имеются у вас? Разобраться в этом вам поможет следующее задание, которое выполняется в два этапа.

### ЭТАП 1

1. Разделите лист бумаги на четыре равные части, обозначьте каждую часть римскими цифрами I, II, III, IV.

2. Даны четыре набора слов, характеризующих положительные качества людей. Вы должны в каждом наборе **качеств выделить те, которые более значимы и ценны для вас лично**, которым вы отдаете предпочтение перед другими. Какие это качества и сколько их каждый решает сам.

3. Внимательно прочитайте слова первого набора качеств. Выпишите в столбик наиболее ценные для вас качества вместе с их номерами, стоящими слева. Теперь приступайте ко второму набору качеств - и так до самого конца. В итоге вы должны получить **четыре набора идеальных качеств**.

Чтобы создать условия для одинакового понимания качеств всеми участниками психологического обследования, приводится толкование этих качеств.

---

<sup>1</sup> Столяренко Л.Д. Основы психологии. Р.-н/Дону: Феникс, 1997. С.474-483.



### **I. Межличностные отношения, общение**

1. Вежливость - соблюдение правил приличия, учтивость.
2. Заботливость - мысль или действие, направленные к благополучию людей; попечение, уход.
3. Искренность - выражение подлинных чувств, правдивость, откровенность.
4. Коллективизм - способность поддерживать общую работу, общие интересы, коллективное начало.
5. Отзывчивость - готовность отозваться на чужие нужды.
6. Радусие - сердечное, ласковое отношение, соединенное с гостеприимством, с готовностью чем-нибудь услужить.
7. Сочувствие - отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастью людей.
8. Тактичность - чувство меры, создающее умение вести себя в обществе, не задевать достоинства людей.
9. Терпимость - умение без вражды относиться к чужому мнению, характеру, привычкам.
10. Чуткость - отзывчивость, сочувствие, способность понимать людей.
11. Доброжелательность - желание добра людям, готовность содействовать их благополучию.
12. Приветливость - способность выражать чувство приязни.
13. Обаятельность - способность очаровывать, притягивать к себе.
14. Общительность - способность легко входить в общение.
15. Обязательность - верность слову, долгу, обещанию.
16. Ответственность - необходимость, обязанность отвечать за свои поступки и действия.
17. Откровенность - открытость, доступность для людей.
18. Справедливость - объективная оценка людей.
19. Совместимость - умение соединять свои усилия с активностью других при решении общих задач.
20. Требовательность - строгость, ожидание от людей выполнения своих обязанностей, долга.

### **II. Поведение**

1. Активность - проявление заинтересованного отношения к окружающему миру и самому себе, к делам коллектива, энергичные поступки и действия.
2. Гордость - чувство собственного достоинства.
3. Добродушие - мягкость характера, расположение к людям.
4. Порядочность - честность, неспособность совершать подлые и антиобщественные поступки.
5. Смелость - способность принимать и осуществлять свои решения без страха.
6. Твердость - умение настоять на своем, не поддаваться давлению, непоколебимость, устойчивость.
7. Уверенность - вера в правильность поступков, отсутствие колебаний, сомнений.
8. Честность - прямота, искренность в отношениях и поступках.
9. Энергичность - решительность, активность поступков и действий.
10. Энтузиазм - сильное воодушевление, душевный подъем.
11. Добросовестность - честное выполнение своих обязанностей.
12. Инициативность - стремление к новым формам деятельности.
13. Интеллигентность - высокая культура, образованность, эрудиция.
14. Настойчивость - упорство в достижении целей.
15. Решительность - непреклонность, твердость в поступках, способность быстро принимать решения, без внутренних колебаний.
16. Принципиальность - умение придерживаться твердых принципов, убеждений, взглядов на вещи и события.
17. Самокритичность - стремление оценивать свое поведение, умение вскрывать свои ошибки и недостатки.
18. Самостоятельность - способность осуществлять действия без чужой помощи, своими силами.
19. Уравновешенность - ровный, спокойный характер, поведение.
20. Целеустремленность - наличие ясной цели, стремление ее достичь.

### III. Деятельность

1. Вдумчивость - глубокое проникновение в суть дела.
2. Деловитость - знание дела, предприимчивость, толковость.
3. Мастерство - высокое искусство в какой-либо области.
4. Понятливость - умение понять смысл, сообразительность.
5. Скорость - стремительность поступков и действий, быстрота.
6. Собранность - сосредоточенность, подтянутость.
7. Точность - умение действовать как задано, в соответствии с образцом.
8. Трудолюбие - любовь к труду, общественно-полезной деятельности, требующей напряжения.
9. Увлеченность - умение целиком отдаваться какому-либо делу.
10. Усидчивость - усердие в том, что требует длительного времени и терпения.
11. Аккуратность - соблюдение во всем порядка, тщательность работы, исполнительность.
12. Внимательность - сосредоточенность на выполняемой деятельности.
13. Дальновидность - прозорливость, способность предвидеть последствия, прогнозировать будущее.
14. Дисциплинированность - привычка к дисциплине, сознание долга перед обществом.
15. Исполнительность - старательность, хорошее исполнение заданий.
16. Любознательность - пытливость ума, склонность к приобретению новых знаний.
17. Находчивость - способность быстро находить выход из затруднительных положений.
18. Последовательность - умение выполнять задания, действия в строгом порядке, логически стройно.
19. Работоспособность - способность много и продуктивно работать.
20. Скрупулезность - точность до мелочей, особая тщательность.

### IV. Переживания, чувства

1. Бодрость - ощущение полноты силы, деятельности, энергии.
2. Бесстрашие - отсутствие страха, храбрость.
3. Веселость - беззаботно-радостное состояние.
4. Душевность - искреннее дружелюбие, расположенность к людям.
5. Милосердие - готовность помочь, простить из сострадания, человеколюбия.
6. Нежность - проявление любви, ласки.
7. Свободолюбие - любовь и стремление к свободе, независимости.
8. Сердечность - задушевность, искренность в отношениях.
9. Страстность - способность целиком отдаваться увлечению.
10. Стыдливость - способность испытывать чувство стыда.
11. Взволнованность - мера переживания, душевное беспокойство.
12. Восторженность - большой подъем чувств, восторг, восхищение.
13. Жалостливость - склонность к чувству жалости, состраданию.
14. Жизнерадостность - постоянство чувства радости, отсутствие уныния.
15. Любвеобильность - способность сильно и многих любить.
16. Оптимистичность - жизнерадостное мироощущение, вера в успех.
17. Сдержанность - способность удержаться от проявления чувств.
18. Удовлетворенность — ощущение удовольствия от исполнения желаний.
19. Хладнокровность - способность сохранять спокойствие и выдержку.
20. Чувствительность - легкость возникновения переживаний, чувств, повышенная восприимчивость к воздействиям извне.

## ЭТАП 2

Внимательно рассмотрите качества личности, выписанные вами из первого набора, и найдите среди них такие, которыми **вы обладаете реально**. Обведите цифры при них кружком. Теперь переходите ко второму набору качеств, затем к третьему и четвертому.

### ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ:

1. Подсчитайте, сколько вы нашли у себя реальных качеств (Р).
2. Подсчитайте количество идеальных качеств, выписанных вами (И), а затем вычислите их процентное отношение

$$\text{Самооценка} = \text{Р/И} * 100\%$$

Результаты сопоставьте с оценочной шкалой.

Уровни самооценки	Неадекватно низкий	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий	Неадекватно высокий
Мужчины	0-10	11-34	35-45	46-54	55-63	64-66	> 67
Женщины	0-15	16-37	38-46	47-56	57-65	66-68	> 69

## ИЗУЧЕНИЕ САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ «САМООЦЕНКА-2»

Инструкция: 1. Внимательно прочтите набор из 20 качеств личности:

		Идеал			Д	Д <sup>2</sup>
аккуратность	1		1			
доброта	2		2			
жизнерадостность	3		3			
настойчивость	4		4			
ум	5		5			
правдивость	6		6			
принципиальность	7		7			
самостоятельность	8		8			
скромность	9		9			
общительность	10		10			
гордость	11		11			
добросовестность	12		12			
равнодушие	13		13			
лень	14		14			
зазнайство	15		15			
трусость	16		16			
жадность	17		17			
подозрительность	18		18			
эгоизм	19		19			
нахальство	20		20			

2. В столбик 1 «идеал» под номером (рангом) 1 запишите то качество из вышеуказанных, которое вы более всего цените в людях, под номером 2 - то качество, которое цените чуть меньше и т.д., в порядке убывания значимости. Под номером 13 укажите то качество - недостаток - из

вышеуказанных, которое вы легче всего могли бы простить людям (ведь, как известно, идеальных людей не бывает, у каждого есть недостатки, но какие-то вы можете простить, а какие-то - нет), под номером 14 - тот недостаток, который простить труднее и т. д., под номером 20 - самое отвратительное с вашей точки зрения качество людей.

3. В столбик 2 «Я» под (рангом) 1 запишите то качество из вышеуказанных, которое лично у вас сильнее всего развито (независимо от того, достоинство это или недостаток), под номером 2 - то качество, которое развито у вас чуть менее и т. д. в убывающем порядке, под последними номерами - те качества, которые у вас менее всего развиты или отсутствуют.

### **ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ**

1. Подсчитываем по формуле  $D^2 = (R_1 - R_2)^2$ ,

где  $R_1$  - ранг (номер) 1-го качества в 1-м столбике;

$R_2$  ранг 1-го качества во 2-м столбике;

$D^2$  - разность рангов 1-го качества d столбца.

Подсчитаем все  $D^2$ , их должно быть 20.

*Пример* Предположим, что первое слово в столбце 1 - ум ( $R_1 = 1$ ), а в столбце 2 это слово находится на пятом месте, т. е.  $R_2 = 5$ , тогда по формуле вычисляем  $(1 - 5)^2 = 16$

и так далее для всех 20 слов по порядку.

2. Затем находим коэффициент ранговой корреляции: полученные  $D^2$  складываем, умножаем на 6, делим произведение на 7980 и, наконец, от 1 отнимаем частное, т. е.:

$$\text{Самооценка} = 1 - [6 \times \sum D^2 / 7980]$$

3. Полученный коэффициент ранговой корреляции сравниваем со шкалой, приведенной ниже:

Уровни самооценки	Неадекватно низкий	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий	Неадекватно высокий
	(-0,2) - 0	0 - 0,2	0,21 - 0,3	0,31 - 0,5	0,51 - 0,65	0,66 - 0,8	> 0,8

## ДИАГНОСТИКА СФЕРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ С ПОМОЩЬЮ ОПРОСНИКА ДДО Е.А.КЛИМОВА

В основе этого опросника лежит разработанная Е.А.Климовым психологическая классификация профессий, в которой в соответствии с объектом труда выделяются пять типов профессий: *Человек-живая природа*, *Человек-техника (и неживая природа)*, *Человек-человек*, *Человек-знаковая система*, и *Человек-художественный образ*. Используется краткий и расширенный вариант опросника.

Расширенный вариант ДДО<sup>2</sup> представляет собой опросник, состоящий из 54 вопросов.

### Инструкция:

Прочитайте предложенные ниже высказывания. Каждое из них Вам необходимо оценить по трем критериям:

1. «Я умею» - характеризует Вашу подготовленность, умение что-либо делать, или наличие данных способностей;
2. «Мне нравится, я хотел бы» - характеризует Ваше отношение к данному виду действий;
3. «Я хочу связать с этим профессию» - характеризует Ваше намерение заниматься этим в своей профессиональной деятельности.

Если Вы даете положительный ответ, то поставьте знак «+», если отрицательный – знак «-». Т.о. на каждое высказывание у Вас должно быть три ответа (умею, нравится, хочу связать профессию). Свои ответы зафиксируйте в бланке ответов.

Ответы необходимо давать на все вопросы. Время диагностики не ограничено.

---

<sup>2</sup> Зеер Э.Ф., Павлова А.М., Садовникова Н.О. Профориентология: Теория и практика: Уч.пособие для высшей школы. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2004. С.159-167.

## Бланк ответов

1. Я умею (+/-)
2. Мне нравится (+/-)
3. Хочу связать профессию (+/-)

				Ч - З			Ч - Т			Ч - П			Ч - ХО			Ч - Ч							
	1	2	3		1	2	3		1	2	3		1	2	3		1	2	3				
1				2				3				4				5				6			
7				8				9				10				11				12			
13				14				15				16				17				18			
19				20				21				22				23				24			
				25				26				27				28				29			
				30				31				32				33				34			
				35				36				37				38				39			
				40				41				42				43				44			
				45				46				47				48				49			
				50				51				52				53				54			

$\Sigma$ по столбцам																							
$\Sigma$ общая																							

### Текст опросника

1. Выполнять работу по инструкции, программе, соблюдая все указанные требования.
2. Анализировать содержание научных, учебных, художественных текстов; выделять главное, делать обобщения, выводы.
3. Устанавливать неисправность и ремонтировать механические и электротехнические устройства, используемые в быту (замок, кран, утюг, светильник, телефон, велосипед).
4. Выращивать растения, своевременно выполняя все работы, обеспечивающие их рост и развитие (полив, пересадку, удобрение).
5. Писать стихи, прозу, заметки, сочинения.
6. При общении с людьми сдерживать внешние проявления раздражения, плохого настроения.
7. Вносить изменения в устоявшийся способ выполнения работы.
8. Составлять план местности, ориентироваться в незнакомом лесу, городе.
9. Налаживать и чинить электронную аппаратуру (приемник, магнитофон, телевизор, аппаратуру для дискотек.)
10. Собирать коллекции растений, изучать их различные виды.
11. Мастерить художественно-прикладные изделия из бумаги, материи, дерева, металла, растений и пр. (панно, украшения, сувениры, букеты).
12. Объяснять содержание учебного материала, способ решения сложной задачи и т.п. ясным, понятным каждому языком.

13. Познавать новое, расширять свой кругозор, повышать свою компетентность.
14. Разрабатывать новые товарные знаки, рекламные проспекты, буклеты.
15. По четкому образцу (чертежу, плану) изготавливать изделия (технические устройства, модели и пр.).
16. Выводить новые сорта растений.
17. Создавать произведения изобразительного искусства: живописи, графики, скульптуры.
18. Постоянно оказывать реальную помощь больным людям.
19. Заниматься творческой деятельностью.
20. Работать с текстом на иностранном языке (переводить, анализировать, переписывать, править).
21. Собирать и составлять схемы различных приборов и устройств, разбираться в принципе их действия.
22. Отдавать много времени уходу и наблюдению за каким-либо животным (кормить, чистить, лечить, обучать).
23. Сочинять музыку, песни.
24. Заниматься детьми младшего возраста (играть, читать, обучать).
25. Выполнять задания по математике, в которых требуется составить логическую цепочку действий, используя при этом различные формулы, законы, теоремы.
26. Из типов деталей, предназначенных для сборки определенных моделей или изделий, придумывать и создавать новые.
27. Специально наблюдать за жизнью животных в природе, изучать их повадки, характерные формы поведения.
28. Перед многими зрителями разыгрывать роли в спектаклях, декламировать стихи, прозу.
29. Быстро и правильно распознавать сущность малознакомого человека, т.е. понимать причины его поступков, видеть «истинное лицо», часто скрытое за внешним поведением.
30. Выполнять количественные расчеты, подсчеты данных, выводить на основе этого определенные следствия, устанавливать статистические закономерности.
31. Быстро и правильно представлять расположение предметов и их элементов в пространстве по схеме, эскизу, чертежу.
32. Разбираться в породах и видах домашних и диких животных (насекомых, птиц, рыб), в их характерных внешних признаках и повадках.
33. Выступать с исполнением музыкальных произведений (пьес, песен), танцевальных номеров.
34. Оказывать активное влияние на разных людей (убеждать их поступать так, а не иначе, мирить, воспитывать, организовывать).
35. Работать с информацией, представленной в виде условных знаков, символов (составлять и читать карты, схемы, чертежи, графики).



36. Находить более рациональный (простой, короткий) способ решения технической, конструкторской задачи.
37. Длительное время проводить на свежем воздухе, работать в саду в любую погоду.
38. Придумывать и создавать новые, оригинальные модели одежды, причесок, украшений, детали интерьера помещений, кулинарные блюда.
39. Организовывать творческую деятельность группы людей.
40. Длительное время работать с архивными материалами, чтобы установить истину, выяснить новые факты.
41. Выполнять задания по химии, разбираться в химических процессах.
42. При уходе за животными или растениями выполнять ручной физический труд, переносить соприкосновения с землей и отходами жизнедеятельности животных, специфический запах животных.
43. Рецензировать, оценивать работу художников, писателей, режиссеров, драматургов и других специалистов творческих профессий.
44. Руководить работой других людей (давать им задания, добиваться их выполнения).
45. Проверять правильность и логичность написанного текста, вычислений, исправлять ошибки.
46. Разбираться в физических процессах и закономерностях, решать задачи по физике.
47. Пополнять свои знания по различным разделам биологии с помощью специальной научной литературы, лекций, докладов.
48. Обсуждать достоинства и недостатки художественных произведений.
49. Для выполнения работы вступать в контакт с незнакомыми и малознакомыми людьми.
50. Тщательно выполнять кропотливую работу (писать, чертить, вычислять, проверять и т.д.).
51. Взаимодействовать с автоматическими устройствами, решать какие-либо практические задачи по заданной программе на компьютере.
52. Длительное время проводить практические исследования, направленные на изучение животного или растительного мира.
53. Настойчиво и терпеливо расписывать стены помещений, оформлять выставки, витрины.
54. Рекламирывать и выгодно продавать товары.

### ***Обработка результатов***

Подсчет результатов проводится по пяти шкалам, соответствующим вышеуказанным типам профессий. Каждый положительный ответ, обозначенный знаком «+», эквивалентен 1 баллу. Подсчет баллов проводится отдельно по шкалам (1-умение, 2-отношение, 3-намерение связать профессию) в каждом типе профессий. Затем вычисляется суммарный балл по каждому типу профессий (З, Т, П, ХО, Ч).

***Шкала оценок*** для определения профессиональных предпочтений:  
0-4 балла – отсутствие профессиональных предпочтений данного типа;

5-10 баллов – низкий уровень выраженности предпочтений;  
 11-14 баллов – средний уровень выраженности предпочтений;  
 15-30 баллов – высокий уровень выраженности предпочтений.

### Краткий вариант ДДО<sup>3</sup>

Инструкция: Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнять любую работу. Но если бы Вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы Вы предпочли? В листе ответов обведите кружком номер с индексом «а» или «б» выбранного вида работы. Время обследования не ограничивается. Испытуемого следует предупредить, что над вопросами не следует долго задумываться, и обычно на выполнение методики требуется 20-30 минут.

### Бланк для ответов

1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	

Σ					
---	--	--	--	--	--

<sup>3</sup> Практикум по дифференциальной психодиагностике профессиональной пригодности. Уч.пособие / Под общ.ред. В.А.Бодрова. М.: ПЕР СЕ, 2003. С.548.

Текст опросника

1а	Ухаживать за животными	или	1б	Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2а	Помогать больным	или	2б	Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин
3а	Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	или	3б	Следить за состоянием, развитием растений
4а	Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)	или	4б	Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать
5а	Обсуждать научно-популярные книги, статьи	или	5б	Обсуждать художественные книги (пьесы, концерты)
6а	Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	или	6б	Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а	Копировать рисунки, изображения, настраивать музыкальные инструменты	или	7б	Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и др.
8а	Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)	или	8б	Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9а	Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику, жилище)	или	9б	Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а	Лечить животных	или	10б	Выполнять вычисления, расчеты
11а	Выводить новые сорта растений	или	11б	Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.д.)
12а	Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать,	или	12б	Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в

	поощрять			порядок)
13а	Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	или	13б	Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а	Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	или	14б	Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.д.
15а	Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые)	или	15б	Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.
16а	Делать лабораторные анализы в больнице	или	16б	Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17а	Красить или расписывать стены помещений, поверхности изделий	или	17б	Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
18а	Организовывать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, туристические походы	или	18б	Играть на сцене, принимать участие в концертах
19а	Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания	или	19б	Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20а	Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	или	20б	Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине)

### ***Обработка и анализ результатов***

Бланк ответов сделан так, чтобы можно было подсчитать количество отмеченных ответов в каждом из пяти столбцов, соответствующих определенным типам профессий.

Название типов профессий по столбцам:

1. Человек-природа
2. Человек-техника
3. Человек-человек
4. Человек-знаковая система
5. Человек-художественный образ

## ИЗУЧЕНИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ И ОРГАНИЗАТОРСКИХ СКЛОННОСТЕЙ С ПОМОЩЬЮ ОПРОСНИКА «КОС»

Инструкция: Вам нужно ответить на все предложенные вопросы. Свободно выражайте свое мнение по каждому вопросу и отвечайте так: если Ваш ответ на вопрос положителен (Вы согласны), то в соответствующей клетке бланка ответов поставьте знак «+», если же Ваш ответ отрицателен (Вы не согласны) - то знак «-». Имейте в виду, что вопросы носят общий характер и не могут содержать всех необходимых подробностей, поэтому представьте себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует тратить много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, на некоторые вопросы Вам будет трудно ответить, тогда постарайтесь дать тот ответ, который Вы считаете предпочтительным. При ответе на любой из вопросов обращайте внимание на его первые слова, Ваш ответ должен быть точно согласован с ними.

### Бланк для ответов

1	2	3	4
5	6	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20
21	22	23	24
25	26	27	28
29	30	31	32
33	34	35	36
37	38	39	40

## Текст опросника

1. Много ли у вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего решения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
4. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
6. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли какие-то помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
10. Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли Вам включиться в новую для Вас компанию?
12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств?
17. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?

18. Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли Вас окружающие люди, и хочется ли Вам побыть одному?
20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если Вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых для Вас людей?
28. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую для Вас компанию?
30. Принимали ли Вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомую для Вас компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?

35. Правда ли, что Вы чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным человеком, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у Вас много друзей?
38. Часто ли Вы оказываетесь в центре внимания у своих товарищей?
39. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда, ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы товарищей?

**Обработка результатов:**

1. Сопоставьте ответы с ключом и подсчитайте количество совпадений отдельно по коммуникативным и организаторским склонностям.

Склонности	Ответы	
	Положительные	Отрицательные
Коммуникативные	Вопросы 1-го столбца	Вопросы 3-го столбца
Организаторские	Вопросы 2-го столбца	Вопросы 4-го столбца

2. Вычислите оценочные коэффициенты коммуникативных ( $K_k$ ) и организаторских ( $K_o$ ) склонностей как отношения количества совпадающих ответов по коммуникативным склонностям ( $K_x$ ) и организаторским склонностям ( $O_x$ ) к максимально возможному числу совпадений по формулам:

$$K_k = K_x / 20$$

$$K_o = O_x / 20$$



3. Для оценки результатов необходимо сопоставить полученные коэффициенты со шкальными оценками, что и позволит определить уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей.

Коммуникативные склонности Кк	Организаторские склонности Ко	Шкальная оценка	Уровень
0,1-0,45	0,2-0,55	1	низкий
0,46-0,55	0,56-0,65	2	ниже среднего
0,56-0,65	0,66-0,70	3	средний
0,66-0,75	0,71-0,80	4	выше среднего
0,76-1,0	0,81-1,0	5	высокий

Интерпретация результатов:

- 1) Обследуемые, получившие оценку 1, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей;
- 2) Обследуемым, получившим оценку 2, коммуникативные и организаторские склонности присущи на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают свои обиды, проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.
- 3) Для обследуемых, получивших оценку 3, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств,

отстаивают свое мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью, в силу чего нуждаются в серьезной и планомерной работе по формированию и развитию коммуникативных и организаторских склонностей.

- 4) Обследуемые, получившие оценку 4, относятся к группе с высоким уровнем развития коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Все это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям;
- 5) Обследуемые, получившие высшую оценку 5, обладают очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности, и активно стремятся к ней, быстро ориентируются в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами, могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать всякие игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.

## ИЗУЧЕНИЕ СТИЛЯ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ С ПОМОЩЬЮ ТЕСТА К. ТОМАСА

Позволяет выделить типические способы реагирования на конфликтные ситуации. Можно выявить несколько человек, склонных к соперничеству или сотрудничеству в группе, команде, стремящихся к компромиссам, избегающих конфликтов или старающихся обострить их, а также старающихся оценить степень адаптации каждого члена коллектива к совместной деятельности.

### Бланк для ответов

№ вопроса	Ответы				
1				1 а	1 б
2		2 б	2 а		
3	3 а				3 б
4			4 а		4 б
5		5 а		5 б	
6	6 б			6 а	
7			7 б	7 а	
8	8 а	8 б			
9	9 б			9 а	
10	10 а		10 б		
11		11 а			11 б
12			12 б	12 а	
13	13 б		13 а		
14	14 б	14 а			
15				15 б	15 а
16	16 б				16 а
17	17 а			17 б	
18			18 б		18 а
19		19 а		19 б	
20		20 а	20 б		
21		21 б		21 а	
22	22 б		22 а		
23		23 а		23 б	
24			24 б		24 а
25	25 а				25 б
26		26 б	26 а		
27				27 а	27 б
28	28 а	28 б			
29			29 а	29 б	
30		30 б			30 а

Инструкция:

Выберите в каждом вопросе предпочитаемый вами вариант поведения и укажите его в бланке для ответов.

*ВОПРОСЫ К МЕТОДИКЕ*

№				
1а	Иногда я предоставляю возможность другим весть на себя ответственность за решение спорного вопроса.	<i>или</i>	1б	Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.
2а	Я стараюсь найти компромиссное решение.	<i>или</i>	2б	Я пытаюсь уладить его с учетом всех интересов другого человека и моих собственных.
3а	Я обычно стремлюсь добиться своего.	<i>или</i>	3б	Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
4а	Я стараюсь найти компромиссное решение.	<i>или</i>	4б	Я стараюсь не задеть чувства другого.
5а	Улаживая спорную ситуацию, я все время пытаюсь найти поддержку у другого.	<i>или</i>	5б	Я стараюсь делать все, чтобы избегать бесполезной напряженности.
6а	Я пытаюсь избегать неприятностей для себя.	<i>или</i>	6б	Я стараюсь добиться своего.
7а	Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.	<i>или</i>	7б	Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.
8а	Я обычно настойчиво стремлюсь добиться своего.	<i>или</i>	8б	Я первым делом стараюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
9а	Я думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.	<i>или</i>	9б	Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.
10а	Я твердо стремлюсь добиться своего.	<i>или</i>	10б	Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11а	Первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чем	<i>или</i>	11б	Я стараюсь успокоить другого и главным образом

	состоят все затронутые вопросы.			сохранить наши отношения.
12а	Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.	<i>или</i>	12б	Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу.
13а	Я предлагаю среднюю позицию.	<i>или</i>	13б	Я постараюсь, чтобы все было сделано по-моему.
14а	Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.	<i>или</i>	14б	Я показываю другому логику и преимущество моих взглядов.
15а	Я стараюсь успокоить другого и сохранить отношения.	<i>или</i>	15б	Я стараюсь делать все необходимое, чтобы избежать напряжения.
16а	Я стараюсь не задеть чувств другого.	<i>или</i>	16б	Я обычно пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17а	Я обычно настойчиво стремлюсь добиться своего.	<i>или</i>	17б	Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.
18а	Если это сделает другого человека счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.	<i>или</i>	18б	Я дам другому возможность остаться при своем мнении, если он идет мне навстречу.
19а	Первым делом я пытаюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.	<i>или</i>	19б	Я стараюсь отложить спорные вопросы с тем, чтобы со временем решить их окончательно.
20а	Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.	<i>или</i>	20б	Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.
21а	Ведя переговоры, стараюсь быть внимательным к другому.	<i>или</i>	21б	Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22а	Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей и другого человека.	<i>или</i>	22б	Я отстаиваю свою позицию.
23а	Как правило, я озадачен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.	<i>или</i>	23б	Иногда предоставляю другим взять на себя ответственность при решении спорного вопроса.
24а	Если позиция другого кажется ему очень важной, я	<i>или</i>	24б	Я стараюсь убедить другого идти на компромисс

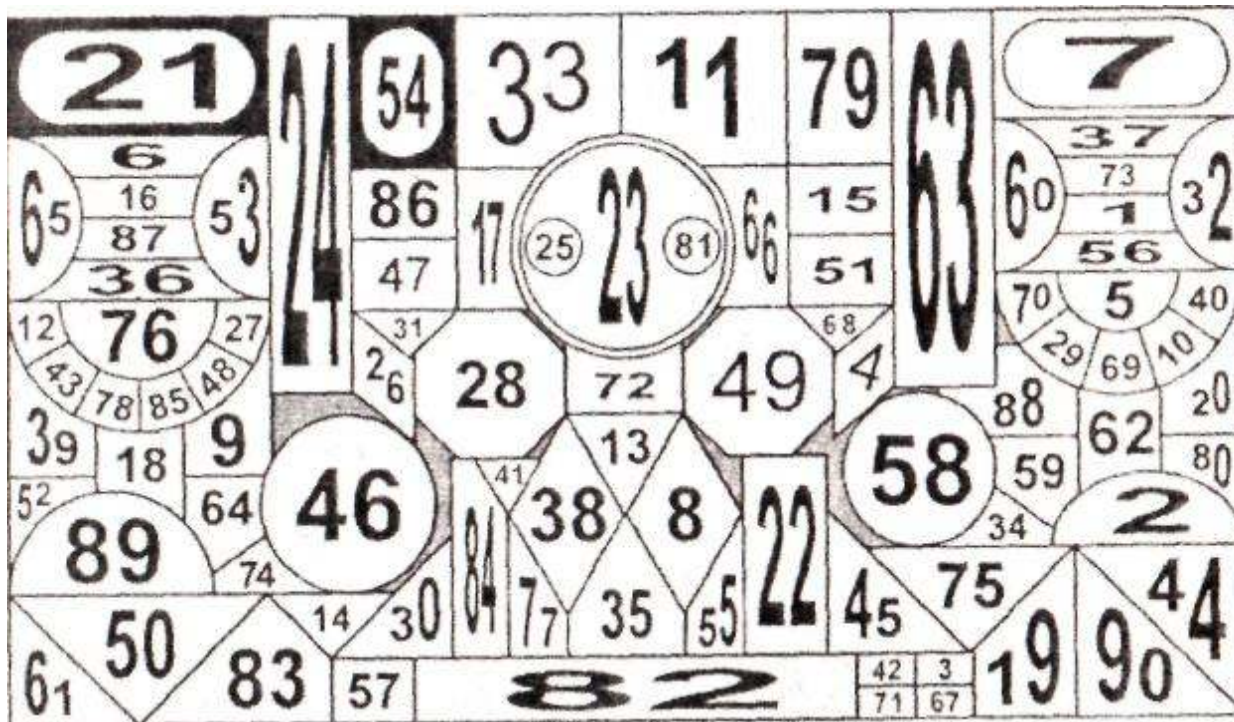
	стараюсь идти ему навстречу.			
25а	Я пытаюсь убедить другого в своей правоте.	<i>или</i>	25б	Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к аргументам другого.
26а	Я обычно предлагаю среднюю позицию.	<i>или</i>	26б	Я почти всегда стремлюсь удовлетворить интересы каждого из нас.
27а	Зачастую стремлюсь избежать споров.	<i>или</i>	27б	Если это сделает другого человека счастливым, я дам ему возможность настоять на своем
28а	Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.	<i>или</i>	28б	Улаживая ситуацию, я обычно стремлюсь найти поддержку у другого.
29а	Я предлагаю среднюю позицию.	<i>или</i>	29б	Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих разногласий
30а	Я стараюсь не задеть чувств другого.	<i>или</i>	30б	Я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы мы совместно могли добиться успеха.

#### ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ:

По каждому из пяти разделов опросника (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление) подсчитывается количество ответов. Полученные количественные оценки сравниваются между собой для выявления наиболее предпочитаемой формы социального поведения испытуемого в ситуации конфликта, тенденцию его взаимоотношений в сложных условиях.

## ИЗУЧЕНИЕ СВОЙСТВ ВНИМАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ «ЧИСЛА»

Инструкция: Методика позволяет определить, насколько развита концентрация и переключаемость внимания. За 15 минут необходимо найти все числа по порядку от 1 до 90.



Если вам удалось найти все числа по порядку от 1 до 90 за 15 минут – то переключаемость хорошая, если вы затратили более 15 минут – есть над чем поработать.

Зинина Снежана Михайловна  
Зими́на Ната́лия Алекса́ндровна  
Харитонова Тамара Геннадьевна  
Чеботарева Светлана Викторовна

## Психология

Методические рекомендации к практическим занятиям по  
курсу «Психология» для студентов 1 курса ОТФ

Часть 2

Подписано в печать \_\_\_\_\_  
Формат 60х90 1/16. Бумага газетная. Печать трафаретная.  
Уч.изд.л. \_\_\_\_\_. Усл.печ.л. \_\_\_\_\_. Тираж 200 экз. Заказ № \_\_\_\_\_

---

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет», 603950, Н.Новгород, Ильинская, 65.  
Полиграфцентр ННГАСУ, 603950, Н.Новгород, Ильинская, 65.