



В.И. Лихтенштейн, В.В. Конашков

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА ПО ТЕСТУ Г. АЙЗЕНКА

Учебное электронное текстовое издание
Подготовлено кафедрой «Безопасность жизнедеятельности»
Научный редактор: доц., канд. техн. наук А.А. Волкова

Методические указания к деловой игре № П-12 по курсу «Безопасность жизнедеятельности», «Психология безопасности труда» для студентов всех форм обучения всех специальностей.

Теоретическая часть содержит общие сведения о методиках диагностики основных свойств нервной системы. Практическая часть включает в себя определение типа темперамента по тесту Г. Айзенка на основе двухфакторной модели экстравертированности и нейротизма и расчет формулы темперамента.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ.....	3
2. ОПРОСНИК Г. АЙЗЕНКА.....	4
3. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ РАБОТЫ. ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ.....	7
4. ФОРМУЛА ТЕМПЕРАМЕНТА.....	10
5. ФОРМА ОТЧЕТА.....	14
6. КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ	14
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	15

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Цель деловой игры – ознакомление с методом диагностики типа темперамента.

Определение основных свойств нервной системы имеет большое значение в теоретических и прикладных отраслях психологии. Для определения типов темперамента Г. Айзенк разработал двухфакторную модель, основными характеристиками которой являются *экстравертированность* и *нейротизм*.

Экстравертированность представляет собой своего рода характеристику индивидуально-психологических различий человека, крайние полюса которой соответствуют направленности личности либо на мир внешних объектов (экстраверсия), либо на явления его собственного субъективного мира (интроверсия).

Нейротизм – это психическое состояние, которое характеризуется эмоциональной неустойчивостью, тревогой, волнением, плохим самочувствием, вегетативными расстройствами. Данный фактор также биполярен. Один из полюсов его имеет позитивное значение, характеризуется эмоциональной устойчивостью, другой полюс – эмоциональной неустойчивостью. Эмоциональная устойчивость присуща сангвиникам и флегматикам, эмоциональная неустойчивость – холерикам и меланхоликам.

Исследования Г. Айзенка привели к выводу, что большинство людей находится между полюсами разработанной им двухфакторной модели экстравертированности и нейротизма и согласно нормальному распределению ближе к ее середине. Результатом этого исследования явилось четкое отнесение человека к одному из четырех типов темперамента (рис. 1 и 2).

Экстравертам (сангвиникам и холерикам) свойственны общительность, гибкое поведение, большая инициатива, высокая социальная адаптивность, но малая настойчивость.

Интровертам (флегматикам и меланхоликам) присущи наблюдательность, замкнутость, склонность к самоанализу, затруднение

социальной адаптации, фиксация интересов на явлениях собственного внутреннего мира, социальная пассивность при достаточной настойчивости.

Для определения места типа темперамента испытуемого в двухфакторной модели Г. Айзенка используется адаптированный вариант его опросника. На каждый предлагаемый вопрос следует ответить «Да» или «Нет». Среднего значения для ответа не предусмотрено.

2. ОПРОСНИК Г. АЙЗЕНКА

1. Часто ли Вы чувствуете тягу к новым впечатлениям, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли Вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут Вас понять, выразить сочувствие?
3. Считаете ли Вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно Вы отказываетесь от своих намерений?
5. Обдумываете ли Вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли Вы выполняете свои обещания, даже если это Вам невыгодно?
7. Часты ли у Вас спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли Вы обычно действуете и говорите и не тратите ли много времени на обдумывание?
9. Возникали ли у Вас когда-нибудь чувства, что Вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор Вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли Вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который Вам симпатичен?
12. Бывает ли, что, разозлившись, Вы выходите из себя?

13. Часто ли Вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли Вас беспокоит мысль о том, что Вам не следовало бы делать нечто или говорить что-то?
15. Предпочитаете ли Вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что Вас легко задеть?
17. Любите ли Вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у Вас такие мысли, которыми Вам не хотелось бы делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда Вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?
20. Стараетесь ли Вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли Вы мечтаете?
22. Когда на Вас кричат, отвечаете ли Вы тем же?
23. Часто ли Вас терзает чувство вины?
24. Все ли Ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли Вы дать волю собственным чувствам и от души повеселиться в шумной компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у Вас часто бывают напряжены до предела?
27. Считают ли Вас человеком живым и веселым?
28. После того как дело сделано, часто ли Вы возвращаетесь к нему мысленно и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Верно ли, что Вы обычно молчаливы и сдержанны, когда находитесь среди людей?
30. Бывает ли, что Вы передаете слухи?

31. Бывает ли, что Вам не спится оттого, что разные мысли лезут в голову?
32. Верно ли, что Вам часто приятнее и легче прочесть о том, что Вас интересует в книге, хотя можно быстрее и проще узнать об этом у друзей?
33. Бывает ли у Вас сердцебиение?
34. Нравится ли Вам работа, которая требует пристального внимания?
35. Бывают ли у Вас приступы дрожи?
36. Верно ли, что Вы всегда говорите о знакомых Вам людях только хорошее, даже тогда, когда уверены, что они об этом не узнают?
37. Верно ли, что Вам неприятно бывает в компании, где постоянно подшучивают друг над другом?
38. Верно ли, что Вы раздражительны?
39. Нравится ли Вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Верно ли, что Вам нередко не дают покоя мысли о разных неприятностях и «ужасах», которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что Вы неторопливы в движениях?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или на работу?
43. Часто ли Вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что Вы такой любитель поговорить, что никогда не упустите случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли Вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы Вы, если бы долго не могли видаться со своими друзьями?
47. Можете ли Вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди Ваших знакомых такие, которые Вам явно не нравятся?
49. Легко ли Вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?

50. Могли бы Вы сказать, что Вы уверенный в себе человек?
51. Трудно ли Вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых много участников?
52. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы Вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли Вы о своем здоровье?
56. Любите ли Вы подшучивать над другими?
57. Страдаете ли Вы бессонницей?

3. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ РАБОТЫ. ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ

Обработку тестирования следует начинать с определения достоверности ответов испытуемых. Если ответы совпадают с указанными в «ключе», то каждому из них приписывается 1 балл. «Ключ» к опроснику приведен ниже. Если сумма баллов по показателю искренности ответов составляет 5 или 6, то полученные результаты подвергаются сомнению. Если сумма баллов более 7, то данные тестирования считаются недостоверными и дальнейшая обработка результатов не производится. При сумме баллов от 0 до 4 ответы достоверны.

Ключ к опроснику

Показатели свойств темперамента				Показатель искренности ответов
экстраверсия		нейротизм		
1. Да	29. Нет	2. Да	31-Да	6. Да
3. Да	32. Нет	4. Да	33. Да	12. Нет
5. Нет	34. Нет	7. Да	35. Да	18. Нет
8. Да	37. Нет	9. Да	38. Да	24. Да
10. Да	39. Да	11. Да	40. Да	30. Нет
13. Да	41. Нет	14. Да	43. Да	36. Да
15. Нет	44. Да	16. Да	45. Да	42. Нет
17. Да	46. Да	19. Да	47. Да	48. Нет
20. Нет	49. Да	21. Да	50. Да	54. Нет
22. Да	51. Нет	23. Да	52. Да	
25. Да	53. Да	26. Да	55. Да	
27. Да	56. Да	28. Да	57. Да	

На чистом листе бумаги вычерчиваются две взаимно перпендикулярные оси экстравертированности и нейротизма, как обозначено на рис. 1, со значениями шкал 0–24. Точка пересечения осей соответствует значению 12. Подсчитывается сумма баллов по показателю экстраверсии – интроверсии. Баллы за ответы по данному показателю начисляются так же, как и по показателю искренности ответов (за каждый ответ, совпадающий с показателем экстраверсии в «ключе» опросника, присваивается 1 балл).

Предположим, что при подсчете баллов по показателю экстраверсии сумма оказалась равной 15. В этом случае через значение 15 на оси экстравертированности проводится вертикальная линия. Точно так же производится подсчет суммы баллов по показателю нейротизма. Пусть сумма баллов по этому показателю составила 19. Через значение 19 на оси нейротизма проводится горизонтальная линия. Точка пересечения горизонтальной и вертикальной линий покажет место испытуемого в двухфакторной модели Г. Айзенка. В данном случае выявлен холерический темперамент (см. рис. 1).

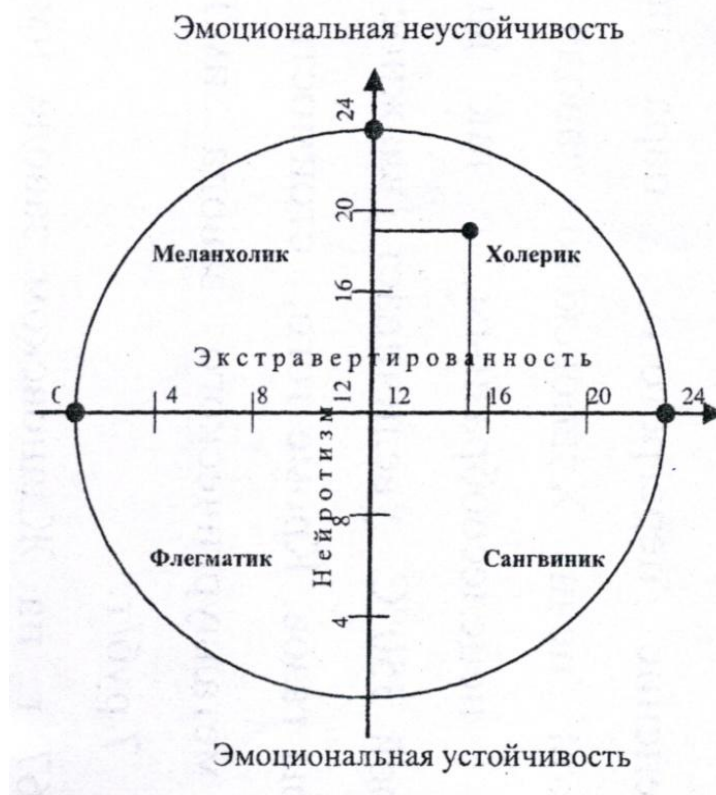


Рис. 1. Двухфакторная модель экстравертированности и нейротизма Г. Айзенка

4. ФОРМУЛА ТЕМПЕРАМЕНТА

В чистом виде, за редким исключением, типы темперамента не встречаются. Соотношение различных типов темперамента у одного и того же индивида можно определить с помощью теста «Формула темперамента», разработанного А. Беловым. Тест позволяет определить процентное соотношение типов темперамента, присущее конкретному человеку.

Инструкция. Отметьте знаком «+» те качества темперамента, указанные ниже, которые для Вас обычны, повседневны.

Итак, если Вы:

- 1) неусидчивы, суетливы;
- 2) несдержанны, вспыльчивы;
- 3) нетерпеливы;
- 4) резки и прямолинейны в отношениях с людьми;
- 5) решительны и инициативны;
- 6) упрямы;
- 7) находчивы в споре;
- 8) работаете рывками;
- 9) склонны к риску;
- 10) незлопамятны;
- 11) обладаете быстрой, страстной речью, со сбивчивыми интонациями;
- 12) неуравновешенны и склонны к горячности;
- 13) агрессивный забияка;
- 14) нетерпимы к недостаткам;
- 15) обладаете выразительной мимикой;
- 16) способны быстро действовать и решать;
- 17) неустанно стремитесь к новому;
- 18) резки, порывисты в движениях;
- 19) настойчивы в достижении поставленной цели;
- 20) склонны к резким сменам настроения, **то Вы чистый холерик.**

Если Вы:

- 1) веселы и жизнерадостны;
- 2) энергичны и деловиты;
- 3) часто не доводите начатое дело до конца;
- 4) склонны переоценивать себя;
- 5) способны быстро схватывать новое;
- 6) неустойчивы в интересах и склонностях;
- 7) легко переживаете неудачи и неприятности;
- 8) легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам;
- 9) с увлечением беретесь за любое новое дело;
- 10) быстро остываете, если дело перестает Вас интересовать;
- 11) быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую;
- 12) тяготитесь однообразием будничной, кропотливой работы;
- 13) общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для Вас людьми;
- 14) выносливы и трудоспособны;
- 15) обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся жестами, выразительной мимикой;
- 16) сохраняете самообладание в неожиданной сложной обстановке;
- 17) обладаете всегда бодрым настроением;
- 18) быстро засыпаете и пробуждаетесь;
- 19) часто не собранны, проявляете поспешность в решениях;
- 20) склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться, **то Вы, конечно же, сангвиник.**

Если Вы:

- 1) спокойны и хладнокровны;
- 2) последовательны и обстоятельны в делах;
- 3) осторожны и рассудительны;
- 4) умеете ждать;
- 5) молчаливы и не любите попусту болтать;

- 6) обладаете спокойной, размеренной речью с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики;
- 7) сдержанны и терпеливы;
- 8) доводите начатое до конца;
- 9) не растрчиваете попусту сил;
- 10) придерживаетесь выработанного распорядка дня, жизни, системы в работе;
- 11) легко сдерживаете порывы;
- 12) маловосприимчивы к одобрению и порицанию;
- 13) незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес;
- 14) постоянны в своих отношениях и интересах;
- 15) медленно включаетесь в работу и медленно переключаетесь с одного дела на другое;
- 16) ровны в отношениях со всеми;
- 17) любите аккуратность и порядок во всем;
- 18) с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке;
- 19) обладаете выдержкой;
- 20) несколько медлительны, **то Вы, без сомнения, флегматик.**

Если Вы:

- 1) стеснительны и застенчивы;
- 2) теряетесь в новой обстановке;
- 3) затрудняетесь устанавливать контакты с незнакомыми людьми;
- 4) не верите в свои силы;
- 5) легко переносите одиночество;
- 6) чувствуете подавленность и растерянность при неудачах;
- 7) склонны уходить в себя;
- 8) быстро утомляетесь;
- 9) обладаете тихой речью;
- 10) невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника;
- 11) впечатлительны до слезливости;

- 12) чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию;
- 13) предъявляете высокие требования к себе и окружающим;
- 14) склонны к подозрительности, мнительности;
- 15) болезненно чувствительны и легкоранимы;
- 16) чрезмерно обидчивы;
- 17) скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями;
- 18) малоактивны и робки;
- 19) уступчивы, покорны;
- 20) стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих, **то Вы меланхолик.**

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ

Если количество положительных ответов в «паспорте» темперамента того или иного типа составляет 16–20, то это значит, что у Вас ярко выражены черты данного типа темперамента. Если же ответов насчитывается 11–15, то качества данного темперамента присущи Вам в значительной степени. Если же положительных ответов 6–10, то качества данного темперамента присущи Вам в небольшой степени. Определите формулу темперамента:

$$\Phi_m = (A_x/A \times 100\%)X + (A_c/A \times 100\%)C + (A_\phi/A \times 100\%)Ф + (A_m/A \times 100\%)M,$$

где Φ_m – формула темперамента;

X – холерический темперамент;

C – сангвинический темперамент;

Ф – флегматический темперамент,

M – меланхолический темперамент;

A – общее число плюсов по всем типам;

A_x – число плюсов в «паспорте» холерика;

A_c – число плюсов в «паспорте» сангвиника;

A_ϕ – число плюсов в «паспорте» флегматика;

A_m – число плюсов в «паспорте» меланхолика.

В конечном виде формула темперамента приобретает, например, такой вид:

$$\Phi_m = 35\%X + 30\%C + 14\%Ф + 21\%M$$

Это означает, что данный темперамент на 35 % холерический, на 30 % сангвинический, на 14 % флегматический, на 21 % меланхолический. Если относительный результат числа положительных ответов по какому-либо типу составляет 40 % и выше, значит, данный тип темперамента у Вас доминирующий, если 30–39 % – то качества данного типа выражены достаточно ярко, если 20–30% – то средне, если же 10–19% – то в малой степени.

5. ФОРМА ОТЧЕТА

1. Общие сведения (титульный лист):

- номер и название работы;
- Ф.И.О. студента, подпись;
- номер группы;
- дата выполнения работы;
- Ф.И.О. преподавателя.

2. Содержание отчета:

- кратко описать цель работы;
- результаты исследований внести в заготовленную таблицу, определить достоверность ответов испытуемого и построить полученный «Круг Айзенка»;
- сформулировать выводы по работе: какой диагностирован тип темперамента;
- провести расчет Вашей формулы темперамента.

6. КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Что является основой определения типа темперамента по тесту Г. Айзенка?
2. В чем суть двухфакторной модели экстравертированности и нейротизма теста Г. Айзенка?
3. Как проводится расчет формулы темперамента?

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. **Практическая психология.** Учебник. Санкт-Петербург: ДидактикаПлюс, 2001. – 347 с.
2. **Психология.** Учебник для технических ВУЗов /под ред. А.В. Дружинина. Санкт-Петербург : Питер, 2000. – 608 с.
3. **Немов, Р.** Психология. Книга 3. Психодиагностика. Учебник / Р. Немов. – Санкт-Петербург : Владос, 2007. – 631 с.
4. **Райгородский, Д.Я.** Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебник / Д.Я. Райгородский. – Санкт-Петербург : Бахрах-М, 2006. – 672 с.
5. **Елисеев, О.П.** Практикум по психологии личности. / О.П. Елисеев. – Санкт-Петербург : Владос, 2003. – 202 с.
6. **Златин, П.А.** Социология и психология труда: Практикум / П.А. Златин, М.М. Крекова, В.В. Соколянский ; под. ред. П.А. Златина. – М.: ИНФРА-М, 2007. – 224 с.

Учебное электронное текстовое издание

Лихтенштейн Владимир Иосифович

Конашков Виктор Васильевич

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА
ПО ТЕСТУ Г. АЙЗЕНКА**

Редактор

А.В. Поротникова

Компьютерная верстка

В.И. Лихтенштейн

Подготовка к публикации

Н.В. Лутова

Рекомендовано Методическим советом

Разрешен к публикации 27.03.2013

Электронный формат – pdf

Объем 1,5 уч.-изд. л.



620002, Екатеринбург, ул. Мира, 19

Информационный портал УрФУ

<http://www.ustu.ru>