ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ**

**МОРДОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМ. Н. П. ОГАРЁВА»**

Институт механики и энергетики

## Кафедра безопасности жизнедеятельности

# **Практическая работа № 1**

название: определение психофизиологических качеств человека

дисциплина **«Безопасность жизнедеятельности»**

Обозначение практической работы ПР–02069964–02.03.02–11–21

Направление подготовки «Фундаментальная информатика и информационные технологии»

Выполнил: А. Е. Конышев

подпись, дата инициалы фамилия

Проверил: И. Н. Даськин

подпись, дата инициалы фамилия

Работа защищена \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Оценка (баллы) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

дата

Саранск

2021

Цель работы: исследовать особенность темперамента испытуемого.

Задачи:

1. Изучить методические указания по определению психофизиологических качеств человека;
2. Определить свой тип темперамента;
3. Оценить соответствие психологических качеств человека с профессиональной деятельностью.

Ход работы:

Я прошел тест Айзенка, отвечая на вопросы:

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

Определил свой тип темперамента, исходя из результатов теста:

искренность: 6

экстраверсия: 9

невротизм: 9

мой темперамент: флегматик

Флегматики характеризуются сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладают медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений. Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попросту их не тратит. В зависимости от условий, в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами – выдержкой, глубиной мыслей, постоянством, основательностью и т.д., в других – вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних привычных действий.

Флегматическому типу характерны люди с внутренним спокойствием, ровные – при выполнении работы способны распределить свои силы равномерно от начала до конца, уравновешенные, управляемые, доброжелательные, миролюбивые, внушающие доверие, осмотрительные, но они довольно пассивные.

Ответы на контрольные вопросы.

1. Охарактеризуйте экстраверта и интроверта.

Экстравертами называют общительных людей с сильной нервной системой, а красивое звание "интроверт" присвоили людям необщительным, замкнутым людям со слабой нервной системой, погруженным в мир переживаний. Это объединение трех факторов: общительность - замкнутость, сила - слабость нервной системы и обращённость человека внутрь себя, в свой внутренний мир - в противоположность обращённости (направленности, устремленности) вовне, во внешний мир.

2. Дать определение характера.

Характер - Совокупность всех психических, духовных свойств человека, обнаруживающихся в его поведении.

3.Что такое невротизм?

Свойство-состояние, характеризующее человека со стороны эмоциональной устойчивости, тревожности, уровня самоуважения и возможных вегетативных расстройств. Фактор этот также биполярен и образует шкалу, на одном полюсе которой находятся люди, характеризующиеся чрезвычайной устойчивостью, зрелостью и прекрасной адаптированностью, а на другом – чрезвычайно нервозный, неустойчивый и плохо адаптированный тип.

4. Что такое психотизм?

Психотизм – особенность личностной структуры, проявляемая возникновении неадекватных эмоциональных реакций, в пребывании индивида в интенсивном внутреннем напряжении, в негибкости поведенческих моделей.

5. Что такое темперамент?

Темперамент в психологии определяется как закономерное соотношение устойчивых индивидуальных особенностей личности, характеризующих различные стороны динамики психологической деятельности.

На практике под темпераментом понимают – общую характеристику поведения человека, выражающую свойства нервной деятельности.

6. Виды темперамента. Их характеристика.

Сангвиник (живой, подвижный, легко переживающий неудачи). Флегматик (медлительный, невозмутимый, с устойчивыми стремлениями и более или менее постоянным настроением). Холерик (быстрый, порывистый, страстно отдающийся делу, но не уравновешенный) меланхолик (ранимый, переживающий, но вяло реагирующий на окружающее).

7. Влияние темперамента на производственный травматизм.

Исследованиями установлено, что производственный травматизм во многом зависит от характера поведения пострадавших, обусловленного их психофизиологическими особенностями.

Например, у холериков количество несчастных случаев составляет 40 %, у сангвиников – 13, флегматиков – 11, меланхоликов – 25, а у лиц неопределенной подвижности, обуславливающих особенности всех четырех типов темпераментов–11%.

Следовательно, при организации труда и расстановке людей по рабочим местам руководитель, должен учитывать их психологические качества. Правильная расстановка людей по рабочим местам в соответствии с их темпераментом обуславливает рациональную организацию труда, способствует повышению производительности груда и снижению травматизма.

8 Амбиверт-это человек, который владеет чертами характера как интроверта, так и экстраверта одновременно.

9. Нормостеник- это человек со среднестатистической фигурой, можно даже

сказать, с атлетическим телосложением. Обмен веществ у нормостеника средний, поэтому лишние килограммы могут стать последствием бесконтрольного питания. В жизни это люди, стремящиеся к лидерству, поэтому общаться с людьми и быть с ними на равных им очень трудною.

10. Характер, в отличие от темперамента, формируется с течением жизни человека. На становление характера влияет ряд определенных факторов:

-Воспитание (родители и педагоги играют большую роль в формировании характера человека).

11 Ригидность - невозможность или сложность в приспособлении к неожиданно изменившимся условиям окружающей среды человека.

Подобный тип поведения является стойкой характерной особенностью личности и значительно уменьшает шансы на адаптацию в непривычных или экстремальных для человека условиях.

Виды:

-Аффективная или эмоциональная;

-Мотивационная ригидность;

-Когнитивная ригидность.

12. Конкордант — это эмоционально стабильный человек, спокойный и уравновешенный.

13. Дискордант - эмоционально нестабильный, неуравновешенный человек.