**Дициплина: Психология СПД, 2 курс ПОСО**

***Задание: 1. Составить психологический портрет личности***

***(друга, можно свой)***

**Практическая работа по теме: Личность**

Психологический портрет личности

Психологический портрет личности позволяет определить индивидуальные качества человека и предугадать его поведение.

Составить подобную характеристику можно самостоятельно, придерживаясь определенного алгоритма.

Психологический портрет — это словесная письменная интерпретация личности

Каждый человек может самостоятельно попробовать составить описание своей личности или изучить кого-то из своего окружения.Конечно, для получения наиболее достоверных результатов следует обращаться к специалистам. Профессиональный психологический портрет психолога будет в полной мере отражать все индивидуальные характеристики испытуемого.

Располагая информацией о ключевых качествах личности, можно определить наиболее подходящий вид деятельности, уровень самооценки, степень открытости к общению, целеустремленность и т.д.

Психологический портрет включает описание следующих свойств личности:

Темперамент. Принято делить людей на сангвиников, холериков, меланхоликов и флегматиков. Обычно в чистом виде темпераменты встречаются редко, чаще в человеке сочетается два схожих типа. Холерики отличаются активностью и целеустремленностью, меланхолики чувствительны и ранимы, сангвиники предельно доброжелательны и общительны, а флегматики надежны и спокойны. В зависимости от ритма душевных процессов люди по-разному участвуют в деятельности, ведут себя в отношениях и вступают в коммуникацию. Темперамент является врожденным, а не приобретенным качеством. То есть флегматик никогда не станет холериком вне зависимости от степени влияния внешних обстоятельств. Возможна лишь некоторая корректировка начальных данных.

Характер. Это свойство личности также проявляется в наличии устойчивых черт поведения. Но характер в большей степени формируется по мере взросления под влиянием обстоятельств жизни, воспитания.

И хотя его базу составляют унаследованные от предыдущих поколений черты, они в значительной мере дополняются приобретенными нравственными и моральными установками.

Так, дети от одних родителей, попавшие в разные приемные семьи, могут вырасти совершенно непохожими друг на друга из-за различий в воспитании и условиях проживания. Характер человека может описываться как с положительной, так и с отрицательной стороны. Например, индивид может быть добрым, открытым, общительным, отзывчивым и одновременно ленивым, трусливым, обидчивым.

Способности. Обычно способности разделяют на духовные, физические и социальные. Первичными являются физические способности — уровень здоровья, выносливость, умения и достижения. Духовное развитие происходит по мере получения образования, усвоения нравственных и культурных норм. Социальные навыки развиваются в процессе воспитания. Это умение вступать в коммуникацию, открытость, дисциплинированность, ответственность, пунктуальность и т.д.

Интеллект. Определенный уровень интеллекта заложен в человеке с рождения. История знает немало случаев, когда великие гении появлялись в абсолютно обычных семьях у ничем не выдающихся родителей. У каждой личности есть возможность развивать свои интеллектуальные способности при помощи получения новых знаний и практического опыта, но начальные природные данные все же играют важную роль.

Одаренные, талантливые или гениальные люди уже в раннем возрасте обнаруживают свои способности в определенной сфере.

Эмоции. Эмоциональность личности выражается в способности отображать свои переживания, настроения. В зависимости от степени эмоциональности индивид определенным образом воспринимает окружающую действительность и формирует ответную реакцию. Эмоции помогают людям лучше понимать другу друга. Правильная оценка состояния собеседника дает возможность подстроиться под его настроение. Даже при наличии языковых, культурных или интеллектуальных барьеров люди всегда одинаково распознают эмоции радости, грусти, страха, гнева и т.д.

Воля. Именно развитые волевые качества образуют стержень характера и позволяют человеку добиться успеха в жизни. Целеустремленность, самоконтроль, решительность и самостоятельность — все это свойства сильной и самодостаточной личности. Даже при благоприятных условиях жизни и наличии выдающихся интеллектуальных способностей слабовольный индивид не сможет добиться существенных результатов. Из-за лени, безынициативности и отсутствия самодисциплины он будет постоянно упускать благоприятные возможности.

Коммуникабельность. Любой человек независимо от его возраста, социального положения и уровня развития должен уметь находить общий язык с окружающими. Коммуникативные способности развиты у людей в разной мере. Большое значение имеют не только природные данные, но и приобретенные навыки. Например, психологический портрет менеджера гарантированно будет содержать информацию о высоком уровне развития коммуникативных способностей у испытуемого.

Профессиональная деятельность сотрудника основана на общении с людьми, и без коммуникативных способностей добиться результатов в данной области невозможно.

Самоконтроль. Это качество напрямую зависит от степени развития волевых способностей. При приеме на работу специалистов, которым предстоит выполнять свои обязанности в стрессовых условиях, уровень самоконтроля является одной из ключевых характеристик.

Самооценка. Это степень уверенности в себе и своих способностях. Обычно принято говорить о нормальной, заниженной и завышенной самооценке. В первом случае человек наиболее объективно оценивает себя. При заниженной самооценке присутствует неуверенность в своих силах и излишняя самокритичность, а при завышенной — переоценка собственных возможностей и достижений.

Мотивация. Внутренне эмоциональное состояние, которое побуждает человека к действию.

План

При составлении характеристики человека следует придерживаться стандартного плана:

**Индивидуальные данные.** Возраст, пол, состояние здоровья, физические параметры.

**Социальные данные.** Семейное положение, профессия, образование.

**Краткая биография.** Здесь человек описывает важные моменты своей жизни, которые оказали значимое влияние на него (отношения с родителями, потрясения и конфликты и т.д.).

**Индивидуальные характеристики**. Анализируется 10 ключевых свойств личности.

**Выводы**. Строится прогноз на дальнейшее развитие личности, выявляются проблемы и определяются пути их решения.

**Пример и образец написания: как составить психологический портрет личности**

Исторические издания, брошюры, учебники, художественная литература наполнены массой сведений о жизни известных персон. Конечно, особое внимание заслуживают их психопортреты. Каждый хочет узнать тонкости натуры и наклонности характера Гитлера, Пушкина, Сталина, Жанны Дарк и других выдающихся людей. Характеристики выявляют причины их поведения, образа жизни, формирования мотивации. Анализ проведен на основе личных дневников, письменных свидетельств очевидцев, расшифрованных архивов. Иногда для детализации данных используют сохранившиеся фото, видеофрагменты. В качестве примера, как писать психологический портрет личности, я опишу персону Наполеона Бонапарта:

Это мужчина маленького роста. Страдал от эпилепсии.

Согласно плану составлены персональные сведения об исследуемом: император Франции, активный государственный деятель. Два раза вступал в брак.

Присутствует любовь к литературе и военному делу. Некоммуникабельный, чрезмерно страдал от издевательств сверстников.

Активная и работоспособная личность, целеустремленная, пунктуальная, дисциплинированная, но в меру эгоистичная. Отличный стратег, молниеносно воспринимающий, перерабатывающий новую информацию и также быстро принимающий решения. Антисоциальная персона, испытывающая отвращение к окружающим. Держал себя в руках, даже при наличии внутренних смятений и неприятностей.

Основная мотивация – жажда власти.

Высокое положение в обществе, занимаемая должность и социальный статус существенно усугубили проблемы, зародившиеся в самом детстве, и породили гнев и презрение к людям.

Это удачный пример из психологии грамотного составления психологического портрета нестандартной личности. Проанализировав юность и условия обитания полководца, становится понятна его агрессия, раздражительность и непринятие общества в будущем.