

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БАРАНОВИЧСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТИ

Практикум
для студентов педагогических специальностей
высших учебных заведений

В 2 частях
Часть 1

Рекомендовано к печати
научно-методическим советом университета

Барановичи
РИО БарГУ
2010

УДК 159.9(072)

ББК 88я73

Д44

С о с т а в и т е л и :

Я. В. Березнёва, Л. И. Станиславчик

Р е ц е н з е н т ы :

А. Н. Сизанов, кандидат психологических наук, заведующий кафедрой психологии и педмастерства РИВШ;

Е. Л. Малиновский, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии БарГУ

Д44 **Диагностика личности** [Текст] : практикум для студентов пед. специальностей высш. учеб. заведений : в 2 ч. / сост.: Я. В. Березнёва, Л. И. Станиславчик. — Барановичи : РИО БарГУ, 2010. — Ч. 1. — 237, [3] с. : ил. — 160 экз.

ISBN 978-985-498-324-0

ISBN 978-985-498-325-7 (Часть 1)

Приведены наиболее известные методики психодиагностики личности, которые могут быть использованы для практических и лабораторных занятий по «Диагностике и коррекции развития личности», «Теории и методике профессиональной деятельности психолога», «Общей психодиагностике» и другим учебным дисциплинам.

Предназначено для студентов педагогических факультетов: практических психологов, социальных педагогов, будущих преподавателей.

Табл. 17. Рис. 18 .

УДК 159.9(072)

ББК 88я73

ISBN 978-985-498-324-0

ISBN 978-985-498-325-7 (Часть 1)

© БарГУ, 2010

Введение

Психодиагностика — область психологической науки, связанная с разработкой методов и методик выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей личности.

Повышение интереса к проблемам психодиагностики во многом связано с развитием психологической службы и появлением профессии практического психолога. Эти специалисты работают в школах и дошкольных учреждениях, пунктах профконсультаций, в медицинских учреждениях и на предприятиях. Можно выделить несколько областей практического использования результатов психодиагностической работы.

Во-первых, психодиагностика интенсивно применяется в целях оптимизации процессов обучения и воспитания. С ее помощью может решаться целый ряд задач, стоящих перед работниками образовательно-воспитательных учреждений — от детских садов и школ до интернатов разного типа.

Во-вторых, диагностика является важной составляющей деятельности специалистов по профотбору, профобучению и профориентации, которая проводится в специальных пунктах профконсультаций, в учреждениях службы занятости, на предприятиях и в специализированных учебных заведениях. Эта работа призвана помочь каждому выбрать наиболее подходящую профессию, найти пути быстрого и эффективного овладения профессиональными знаниями и навыками, достичь необходимого уровня квалификации, стать профессионалом.

В-третьих, областью практического применения результатов психодиагностических испытаний является клиничко-консультационная и психотерапевтическая работа. В данном случае важной задачей психодиагностики является поиск причин возникновения конкретной проблемы у консультируемого и выбор способов и приемов, способствующих их разрешению.

В-четвертых, психодиагностика используется в судебной практике в проведении судебно-психологической экспертизы. В зависимости от конкретного случая психодиагност осуществляет обследование потерпевших, подозреваемых или свидетелей и формулирует психологическое заключение о тех или иных качествах личности, уровне интеллектуального развития, психофизиологических особенностях и т. д.

Психологическая диагностика личностных параметров представляет важную составную часть общей психодиагностики. Одной из главных практических задач психодиагностики личности, как отмечает А. А. Реан, является создание объективной основы для построения адекватного образа другого человека. Это особенно существенно для тех областей профессиональной деятельности, где в качестве главного предмета труда выступает другой человек (менеджеры, педагоги, врачи, психологи, социальные работники).

Проблема исследования личности очень сложна. Исследователь в этом случае сталкивается с множеством различных теоретических подходов и определений лич-

ности. Понятие «личность» определяют по-разному. Г. Олпорт (1949), например, приводит 50 различных определений личности. Одно из них следующее: «Личность — определяемое включенностью в общественные отношения системное качество индивида, формирующееся в совместной деятельности и общении» [23, с. 197]. Такой предмет познания, как личность человека, практически неисчерпаем.

Подготовка профессиональных психологов предполагает освоение блока дисциплин, направленных на формирование у студентов научных представлений о методах и методиках психологической диагностики личности. Данное издание подготовлено в целях оптимизации учебного процесса и предназначено для использования в процессе проведения лабораторных и практических занятий по учебным дисциплинам «Диагностика и коррекция развития личности», «Общая психодиагностика», «Теория и методика профессиональной деятельности психолога» и др.

Практикум «Диагностика личности» состоит из двух частей. Часть I представлена методиками: диагностики темперамента, акцентуаций характера, воли, мотивационно-потребностной сферы и направленности личности.

Часть 2 содержит методики диагностики самосознания, социальной адаптивности личности, а также многофакторную диагностику личности и проективные методики диагностики личности.

Данные методики прошли проверку в работе психологов и доказали свою практическую ценность. В практикум вошли стандартизированные психометрические тесты, которые ориентированы на решение многообразных психодиагностических и консультационных задач. При отборе методик, включенных в издание, было отдано предпочтение опросникам, позволяющим оперативно (в том числе и в условиях групповой работы) определять необходимые психологические характеристики личности. Естественно, что составители практикума ориентировались на те из них, валидность и надежность которых доказана.

Материалы по каждой методике представлены в объеме, достаточном для их практического использования. Они включают инструкции для испытуемых, стимульный материал (опросники, контрольные списки), описание процедуры проведения, обработки и интерпретации полученных данных, ключи, нормы, необходимые бланки для ответов и обработки результатов. Весь диагностический инструментарий практикума выдержан в одном алгоритме: назначение, бланк ответов, опросник, обработка и интерпретация результатов. В необходимых случаях некоторые тесты сопровождаются комментариями и дополнительной информацией, которой можно пользоваться для более верной интерпретации полученных данных. Методики, представленные в практикуме, можно использовать, начиная со старшего школьного возраста.

Практикум будет способствовать повышению профессионального уровня будущих специалистов, обеспечивая их деятельность необходимым психодиагностическим инструментарием. Издание предназначено для студентов педагогических факультетов: практических психологов, социальных педагогов, будущих преподавателей.

Методики, представленные в данном сборнике, могут быть использованы студентами во время учебной диагностической практики, а также для проведения научно-исследовательской работы.

ПОНЯТИЕ ЛИЧНОСТИ В ПСИХОЛОГИИ

Субъектом исследования в психологии является человек как носитель сознания, самосознания, как личность. **Личность** — человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми, определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и окружающих.

По мнению *Л. И. Божович*, личностью следует называть человека, достигшего определенного уровня психического развития. Этот уровень характеризуется тем, что в процессе самопознания человек начинает воспринимать и переживать самого себя как единое целое, отличное от других людей и отражающееся в понятии «Я».

Понятие «Я» — результат выделения человеком самого себя из окружающей среды, позволяющий ему ощущать себя субъектом своих физических и психических состояний, действий и процессов, переживать свою целостность и тождественность с самим собой — как в отношении своего прошлого, так настоящего и будущего.

Такой уровень психического развития характеризуется также наличием у человека собственных взглядов и отношений, собственных моральных требований и оценок, делающих его относительно устойчивым и независимым от чуждых его собственным убеждениям воздействий среды.

Необходимой характеристикой личности является ее *активность*: человек на этом уровне своего развития способен сознательно воздействовать на окружающую действительность, изменять ее в своих целях, а также самого себя.

В структуре личности выделены глобальные составляющие: 1) индивид; 2) персона; 3) индивидуальность. «**Индивид** — психосоматическая организация личности, делающая ее представителем человеческого рода. **Персона** — социально-типические образования личности, обусловленные сходным для большинства людей

влиянием социального окружения. **Индивидуальность** — своеобразное сочетание особенностей, отличающее одного человека от другого» [31, с. 9].

Термин «развитие» указывает на изменения, которые со временем происходят в строении тела, мышлении или поведении человека в результате биологических процессов в организме и воздействий окружающей среды. Развитие происходит в физической, когнитивной и психосоциальной областях.

Физическое развитие включает рост и изменения тела человека. Сюда входят как внешние изменения (динамика роста и веса), так и внутренние (изменения костей и мышц, желез, мозга и органов чувств). К этой области также относятся физическое здоровье и двигательные навыки.

Когнитивное развитие включает психические процессы, имеющие отношение к мышлению и решению проблем, охватывает изменения, происходящие в восприятии, памяти, рассуждении, творческом воображении и речи.

Психосоциальное развитие включает развитие личности и межличностных отношений. Эти две сферы развития взаимосвязаны и охватывают, с одной стороны, изменения Я-концепции, эмоций и чувств, а с другой — формирование социальных навыков и моделей поведения.

Согласно А. В. Петровскому, **развитие личности** — процесс формирования личности как социального качества индивида в результате его социализации и воспитания.

Формирование личности (по К. К. Платонову) — род развития психики, изменение психологической, динамической, функциональной структуры личности, ее содержания, под воздействием внешних детерминант.

В отечественной психологии личность, как и все специфически человеческое в психике человека, формируется путем усвоения или присвоения индивидом общественно-исторического опыта.

В процессе характеристики личности используются в основном:

1) *теории черт*, согласно которым люди различаются лишь степенью выраженности разных черт (например, теории личности Г. Олпорта, Г. Айзенка, Р. Кеттелла, модель «большой пятерки»);

2) *теории типов*, в которых конкретный человек описывается как принадлежащий к некоторому определенному типу или как

взвешенный набор идеальных типов. Примерами наиболее известных являются типологии Гиппократов, Кречмера, Юнга;

3) *теории инстанций*, основывающиеся на выделении отдельных областей (инстанций) в структуре личности, между которыми могут возникать конфликты и противостояния, так необходимые для структуризации динамических моделей личности. Примерами таких теорий выступают теории Фрейда, Юнга, Берна [31, с. 11—12].

Основным признаком любой теории личности являются *структурные концепции*, имеющие дело с относительно неизменными характеристиками, которые люди демонстрируют в различных обстоятельствах и в разное время. Эти стабильные характеристики выполняют роль основных строительных блоков человеческой психики. Однако структурные концепции строго гипотетичны по своей природе. Их невозможно увидеть под микроскопом, как, например, нейроны мозга.

Один из наиболее популярных примеров структурных концепций — это *концепция черт личности*. Черта рассматривается как устойчивое качество или склонность человека вести себя определенным образом в разнообразных ситуациях. *Г. Олпорт, Р. Кеттел* и *Г. Айзенк* полагали, что структуру личности лучше всего схематически представить в терминах гипотетических качеств, лежащих в основе поведения.

На другом уровне анализа структура личности может быть описана при помощи *концепции типа личности*. Тип личности определяется совокупностью множеств различных черт, образующей самостоятельную категорию с четко очерченными границами.

По сравнению с концепциями, имеющими дело с чертами личности, подобные концепции подразумевают более постоянные и более обобщенные поведенческие характеристики. Поскольку люди наделены многими чертами, выраженными в разной степени, их обычно описывают как принадлежащих к тому или иному типу. Например, *К. Юнг* придерживался мнения, что люди разделяются на две категории: *интровертов* и *экстравертов*. С этой точки зрения любая личность — непременно либо одно, либо другое.

Теории личности различаются в зависимости от концепций, используемых при описании структуры личности. Психологическая структура личности является своеобразной схемой (программой), позволяющей целеустремленно, организованно и последовательно

изучать индивидуально-психологические особенности конкретного человека. Некоторые теоретики выдвигают в высшей степени сложные и тщательно разработанные построения.

Так, *З. Фрейд* предложил разделение личности на три уровня — Оно (Ид), Я (Эго) и Сверх-Я (Супер-Эго). Его теория служит иллюстрацией необычайно сложного описания структуры и ее организации.

Другие теоретики, наоборот, предлагают более просто организованные системы, с ограниченным набором составных частей и малым количеством связей между ними. Примером может служить *теория личностных конструктов*, предложенная выдающимся теоретиком когнитивной психологии *Дж. Келли* для объяснения относительно постоянных измерений структуры личности. В основе когнитивной теории Келли лежит способ, с помощью которого индивиды постигают и интерпретируют явления (или людей) в своем окружении. Назвав свой подход *теорией личностных конструктов*, Дж. Келли концентрирует внимание на психологических процессах, которые позволяют людям организовать и понять события, происходящие в их жизни. Согласно Дж. Келли, человек судит о своем мире с помощью понятийных систем, или моделей, которые он создает и затем пытается приспособить к объективной действительности. Именно эти «понятийные системы, или модели» теоретик определил как *личностные конструкты*. Иначе говоря, **личностный конструкт** — идея или мысль, которую человек использует, чтобы осознать или истолковать, объяснить или предсказать свой опыт. Он представляет собой устойчивый способ, которым человек осмысляет какие-то аспекты действительности в терминах схожести и контраста.

В отечественной психологии одной из первых теорий, которая включала систематическое рассмотрение личности, является теория *С. Л. Рубинштейна*. С. Л. Рубинштейн заложил методологическую платформу в рассмотрении проблем психологии человека. Он выступал против:

- идеализации личности;
- функционализации — дробления на отдельные функции;
- отрыва от деятельности;
- сведения личности к сознанию.

В данной теории отмечается зависимость личности и ее деятельности от общественных отношений и конкретных условий общественного бытия, а также зависимость ее сознания от деятельно-

сти. Человек как личность формируется, вступая во взаимодействие с миром и другими людьми. В концепции автора личность — совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия.

По мнению, С. Л. Рубинштейна, можно выделить следующие *структурные элементы личности*:

1) направленность — потребности, интересы, убеждения, доминирующие мотивы деятельности и поведения, мировоззрение;

2) способности, которые проявляются в деятельности и в успешности приобретения знаний, умений и навыков. От них зависит успех деятельности;

3) индивидуально-типологические особенности — темперамент, характер, то, что окрашивает личность, придает ей своеобразие. Постоянные, устойчивые характеристики человека, которые проявляются в его поведении.

Согласно А. Н. Леонтьеву, развитие личности происходит в процессе включения ее в различные виды деятельности. Одни виды деятельности являются на данном этапе ведущими и имеют большое значение для дальнейшего развития личности, другие — меньшее. Одни играют главную роль в развитии, другие — подчиненную. Поэтому развитие личности зависит не от деятельности вообще, а от ведущей деятельности. Представление о личности у А. Н. Леонтьева следующее:

1. Личность — это особое образование, особого рода целостность, которая возникает на сравнительно поздних этапах онтогенетического развития.

2. Это образование порождается специфически человеческими отношениями.

3. Личность имеет природные индивидуальные свойства (морфологические, физиологические), не относящиеся к собственно личностным свойствам, а характеризующие человека как индивида.

4. Индивид — это скорее та реальность, которая заключена в границах тела человека.

5. Личность — образование, не только выходящее за пределы этого тела, но и формирующееся во внешнем пространстве социальных отношений.

Категория деятельности у А. Н. Леонтьева — основополагающая для анализа личности. Структура и образующие личности при этом раскрываются через анализ мотивационно-потребностной сферы.

Потребности выступают в качестве исходного пункта всякой деятельности, определяясь в мотивах. Первые «узелки» личности закладываются тогда, когда начинает устанавливаться иерархия деятельностей, или иерархия мотивов.

Преодолеть раздробленность наук о человеке и создать *системную модель человекознания*, в которой были бы обобщены исследования различных наук о человеке как индивиде, личности и индивидуальности, пытался *Б. Г. Ананьев*, который является сторонником широкой трактовки личности. В его концепции личности природные и общественно обусловленные аспекты личности не выступают как рядоположные. Биологические характеристики организма входят в структуру личности, только если они многократно опосредуются социальными свойствами личности. *Б. Г. Ананьев* выделял следующие иерархически соподчиненные уровни организации человека: индивид, личность, индивидуальность.

Индивидуальность складывается на основе взаимосвязи особенностей человека как личности и как субъекта деятельности, обусловленных природными свойствами человека как индивида.

Согласно *Б. Г. Ананьеву*, в структуру личности входит:

- 1) определенный комплекс взаимосвязанных свойств индивида (возрастно-половых, нейродинамических, конституционно-биохимических);
- 2) динамика психофизиологических функций и структура органических потребностей, также относимых к индивидуальным свойствам; высшая интеграция индивидуальных свойств, представленная в темпераменте и задатках;
- 3) статус и социальные функции-роли;
- 4) мотивация поведения и ценностные ориентации;
- 5) структура и динамика отношений.

Таким образом, каждый человек предстает в виде некоторой целостности, обусловленной единством биологического и социального.

Как индивид он развивается в онтогенезе, а как личность — проходит свой жизненный путь, в ходе которого осуществляется социализация индивида.

Для *К. К. Платонова* личность — целостное образование, которое формируется как под воздействием биологических факторов, так и под воздействием социальной среды. Он выделяет четыре подструктуры:

- 1) биологически обусловленные особенности (темперамент, задатки, инстинкты, простейшие потребности);

2) психические процессы (с их помощью человек отражает внешний мир) — познавательные и эмоционально-волевые процессы;

3) социальный опыт — объем и качество имеющихся знаний, умений, навыков и привычек;

4) социально обусловленные особенности (направленность, моральные качества).

Согласно, *А. В. Петровского*, личность рассматривается не как индивид, взятый в абстрактном социальном окружении, а прежде всего как человек, определяющий себя через группу, социум.

Потребность в персонификации является отправным пунктом анализа личности. Именно поэтому *А. В. Петровский* называет свою теорию *концепцией персонализации*.

Автор выделяет три основных процесса:

- *адаптацию* как присвоение индивидом социальных норм и ценностей, т. е. становление социально-типического;

- *индивидуализацию* как открытие или утверждение «Я», выявление своих склонностей и возможностей, особенностей характера, т. е. становление индивидуальности;

- *интеграцию* как изменение жизнедеятельности окружающих людей, осуществление вкладов и их принятие окружающими и тем самым утверждение своего инобытия в других людях, т. е., становление всеобщего.

Таким образом, в структуру личности (по *А. В. Петровскому*) входят три подсистемы:

1) интраиндивидуальная (внутри; индивидуальность личности);

2) интериндивидуальная (между; представленность в других людях);

3) метаиндивидуальная (над; всеобщая, представленность в системе межличностных, социальных отношений).

Таким образом, любой подход к личности, если он претендует на полезность, должен так или иначе рассматривать вопрос: что представляют собой стабильные, неизменные аспекты поведения человека. Проблема структуры и, что более важно, природа ее организации и влияние на функционирование индивидуума является ключевым компонентом во всех теориях личности.

НАПРАВЛЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ

Ядром личности считается направленность. **Направленность** — совокупность устойчивых мотивов, которые независимо от конкретной ситуации ориентируют деятельность и поведение человека, побуждают его к активности.

Направленность — это интегральная, системообразующая, обобщающая характеристика личности. Направленность выражает ее устремленность к цели и проявляется в активности.

В общем плане **активность** — это способность человека к общественно полезному преобразованию окружающего мира через деятельность и общение. Поэтому направленность можно оценивать как отношение того, что человек берет от общества (материального и духовного) и что он ему дает (его вклад в развитие общества).

К направленности личности относятся потребности, мотивы, интересы, убеждения, установки, ценностные ориентации, идеалы.

Если в основе человеческого поведения лежат потребности, которые непосредственно побуждают индивида к активности, то направленность поведения определяется системой доминирующих мотивов. Переживание, являющееся источником действия, побуждением к нему, выступает как его *мотив*. В качестве мотива всегда выступает переживание чего-то лично значимого для индивида.

Мотивы — побуждения к определенному поведению и действиям, связанные с удовлетворением тех потребностей человека, без которых, по его мнению, невозможно поддерживать свою нормальную жизнедеятельность.

Мотивы относятся к важнейшим свойствам личности, как и направленность. Но направленность — более широкое понятие, чем мотив. Если направленность выражает устремленность к цели, то мотивами обусловлена сама постановка цели. Одна и та же цель может быть обусловлена разными мотивами, которые обычно предшествуют возникновению целей.

По продолжительности «жизни» мотивов выделяют *постоянно действующие, длительно действующие и кратковременные*.

По степени воздействия на личность мотивы подразделяются на: *сильные, умеренные и слабые*.

Реальные мотивы — мотивы, которые уже в данный момент побуждают поведение, *потенциальные* — уже сформированные, но еще слабо проявляющиеся в данный момент, как замолчавшие вулканы.

Личность характеризуют и такие мотивационные образования, как:

1) *мотив достижения успеха* — стремление человека добиваться успехов в различных видах деятельности и общения;

2) *мотив избегания неудачи* — относительно устойчивое стремление человека избегать неудач в жизненных ситуациях, связанных с оценкой другими людьми результатов его деятельности и общения.

Кроме этого, выделяют мотивы, имеющие большое социальное значение и определяющие отношение личности к людям.

Аффилиация — стремление человека быть в обществе других людей, наладить с ними эмоционально-положительные добрые взаимоотношения. Антиподом мотиву аффилиации выступает *мотив отвергания*, который проявляется в боязни быть отвергнутым, не принятым лично знакомыми людьми.

Мотив власти — стремление человека обладать властью над другими людьми, господствовать, управлять и распоряжаться ими.

Альтруизм — стремление человека бескорыстно оказывать помощь людям, антипод — *эгоизм* как стремление удовлетворять своекорыстные личные потребности и интересы безотносительно к потребностям и интересам других людей и социальных групп.

Агрессивность — стремление человека нанести физический, моральный или имущественный вред другим людям, причинить им неприятность. Наряду с тенденцией агрессивности у человека есть и тенденция ее торможения, *мотив торможения агрессивных действий*, связанный с оценкой собственных таких действия как нежелательных и неприятных, вызывающих сожаление и угрызения совести.

В психологии личности выделяют такое понятие, как «*мотивация*», являющееся более широким понятием, чем мотив. **Мотивация** — система факторов, определяющих поведение, вызывающих активность организма и определяющих ее направленность.

Различают мотивацию:

- *диспозиционную*, при которой поведение человека определяется его «чисто» внутренними, личностными диспозициями, т. е. потребностями, намерениями, желаниями, интересами, установками. **Диспозиция** — готовность, предрасположенность субъекта к поведенческому акту, действию, поступку, их последовательности;

- *ситуационную*, когда его поведение направляется ситуацией, внешними условиями, иногда называемыми *стимулами*.

Совокупность потребностей, целей и мотивов, которая формируется в онтогенезе личности, образует *мотивационную сферу личности*. Это весьма динамичная система. Мотивационную сферу личности с точки зрения ее развитости можно охарактеризовать по параметрам широты, гибкости, иерархизированности.

Под **широтой** мотивационной сферы понимается качественное разнообразие мотивационных факторов.

Гибкость мотивационной сферы характеризуется разнообразием средств, с помощью которых может быть удовлетворена одна и та же потребность.

Иерархизированность мотивационной сферы — отражение в сознании человека значимости той или иной потребности, мотивационной установки, других мотивационных диспозиций, в соответствии с чем одни имеют доминирующее значение при формировании мотива, а другие — подчиненное, второстепенное; одни используются чаще, другие — реже.

Кроме мотивов, в структуру направленности включают интересы, убеждения, ценностные ориентации, установки, идеалы.

Интерес — форма проявления познавательной потребности, характеризующаяся сосредоточенностью на предмете и стремлением его познать, выступающая в качестве мотива познавательной деятельности. Это мотив, способствующий ориентировке в какой-либо области, ознакомлению с новыми фактами и более полному и глубокому отражению действительности.

Убеждение — осознанная потребность личности, побуждающая ее действовать в соответствии со своими ценностными ориентациями. Содержание потребностей, выступающих в форме убеждения, отражает определенное понимание природы и общества. Совокупность убеждений выступает как мировоззрение человека.

Ценностные ориентации — идеологические, моральные, эстетические и другие основания оценок субъектом окружающей действительности и ориентации в ней. Ориентация человека на определенные ценности возникает в результате их предварительной положительной оценки. Для отдельных индивидов путь формирования ценностной ориентации может идти не от потребности к ценностям, а в прямо противоположную направленность. Перенимая от окружающих людей взгляд на нечто как на ценность, достойную того, чтобы на нее ориентироваться в своем поведении и

деятельности, человек может тем самым закладывать в себе основы новой потребности, которой раньше у него не было.

Установка — неосознаваемый компонент, сформировавшийся в прошлом опыте человека на неосознаваемом уровне, проявляющийся как состояние готовности действовать, воспринимать, понимать определенным образом. Установка — это предрасположенность к действию, восприятию и т. д. Негативные установки принимают характер предубеждения, предвзятости. Если установки осознаются, они становятся убеждениями.

Идеалы — некоторый образец человека, которому хотелось бы подражать или которого другой человек ценит, уважает.

ДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТИ

Личностная диагностика — диагностика, направленная на получение информации о темпераменте, характере, когнитивном стиле, мотивах, интересах и других психических свойствах, определяющих общую направленность и стиль деятельности личности (А. Г. Шмелев, 1996). Диагностика личности должна строиться на ясных и точных представлениях о сущности этого явления. Психологи, признавая, что сам феномен личности существует и относится в психологической науке к числу базовых объектов исследования, единодушно считают, что проблема объективного определения сущности личности, ее интерпретации является одной из труднейших. Личность — явление столь всеобъемлющее и неопределенное, что описать его крайне сложно.

Категории личности посвящено множество теорий; собран огромный экспериментальный материал, относящийся к исследованию личности. Вместе с тем, как отмечают некоторые психологи, нет прогресса в этом направлении: теоретические посылки, интерпретация эмпирических фактов, представления о структуре и ведущих параметрах личности столь различны и не согласуются между собой, что установить истину, отказавшись от каких-то теорий из-за их несостоятельности, практически невозможно. Помимо этого, многие психологические теории личности неполны, односто-

ронни и весьма туманны, что не позволяет определить как понятие личности, так и ее составляющие [18, с. 99].

Термин «личность» иногда употребляют в более широком смысле. Согласно принятой в психометрии терминологии к «тестам личности» («личностным тестам») относятся инструменты для измерения характерных особенностей эмоциональной и мотивационной сферы, межличностных отношений и аттитудов индивидуума, отличаемых таким образом от способностей [1, с. 380].

Многочисленные и всегда разные проявления личности обусловлены ее структурой, которая является чрезвычайно богатой и сложной и имеет множество качественно различных проявлений. Поэтому целесообразно выявить хотя бы некоторые, основные ее параметры и именно по отношению к ним анализировать проблему психологической диагностики. Лишь такой подход может стать посильной задачей для анализа, ограниченного конкретной практической целью.

Черта — описательная переменная, фиксирующая интегральную стратегию поведения человека, складывающуюся под действием системы организмического, социально-нормативного и личностного уровней регуляции [8, с. 26]. Черту личности следует понимать как устойчивую предрасположенность к определенному поведению, сложившуюся либо в силу наличия определенных потребностей, мотивов или интересов, либо в силу наличия определенных склонностей (установок, привычек) [32, с. 515]. **Черты личности** — обобщенные ее характеристики, представляющие собой ряд взаимосвязанных психологических признаков [31, с. 12]. В отечественной и зарубежной психодиагностике до настоящего времени интенсивно обсуждается вопрос об оптимальном количестве черт, позволяющих максимально полно описать структуру личности.

В структуре личности можно выделить такие параметры, или черты, которые являются системообразующими, или интегральными, т. е. сами включают более частные, значимые личностные свойства. К таким системообразующим чертам личности разные авторы чаще всего относят: 1) мотивацию; 2) самосознание; 3) межличностные отношения (совокупность личностных качеств, определяющих поведение, положение (статус) и самочувствие индивида в системе отношений) [19, с. 113]. Личностные черты преимущественно диагностируются тестами-опросниками.

Большим по объему и более гетерогенным по сравнению с чертой является понятие «тип». Тип личности рассматривается как целостное образование, не сводимое к набору черт. Понятие «тип» отличается более высоким уровнем обобщения и выполняет функцию категоризации свойств личности в более объемные единицы, имеющие непосредственное отношение к наблюдаемым моделям поведения человека. **Типы** — комбинации содержательных характеристик личности, между которыми существуют закономерные и необходимые связи, «комплексы» (Г. Мюррей), «согласованные паттерны» (С. Мадди).

Характерологические особенности человека, определяющие структуру личности, могут быть определены с помощью *личностных тестов*, к которым относятся психодиагностические методики, направленные на выявление устойчивых индивидуальных особенностей человека, определяющих его поступки и поведение.

Тесты личности — группа методик (тестов), направленных на измерение неинтеллектуальных проявлений личности. «Тесты личности» — понятие собирательное, включающее в себя как проективные методики, опросники личностные, так и любые другие методики, предназначенные для диагностики эмоциональных, мотивационных, межличностных свойств индивидуума [6, с. 340].

Условно личностные тесты *по предмету и цели диагностирования* могут быть разделены на три основные группы.

К *первой группе* относятся многофакторные личностные опросники, дающие разнообразную комплексную оценку степени развитости психических свойств личности. К ним относятся 16-факторный личностный опросник Р. Кеттела, Миннесотский многофакторный опросник (ММРП), некоторые личностные опросники Г. Айзенка и др.

Вторую группу составляют проективные методики, разрабатываемые на основе определенных стимулов. Испытуемому предлагается интерпретировать, дополнять, развивать эти стимулы, например, интерпретировать содержание сюжетных картинок, завершить незаконченные предложения, дать толкование неопределенным очертаниям чернильных пятен и т. п.

К *третьей группе* принадлежат методики, выявляющие отдельные устойчивые особенности личности (отдельные характерологические черты — агрессивность, тревожность и т. п., а также эмоциональные проявления).

Личностные опросники — разновидность опросников, разработанных в рамках субъективного диагностического подхода и направленных на измерение различных особенностей личности [28, с. 234]. Они предназначены для диагностики степени выраженности у индивида определенных личностных черт или других психологических характеристик, количественным выражением которых служит направленность и частота ответов на пункты опросника [8, с. 27].

Опросники относятся к числу наиболее распространенных диагностических инструментов. Внешне представляют собой разной величины перечни вопросов или утверждений, на которые обследуемый должен отвечать в соответствии с предложенной ему инструкцией [6, с. 255].

Личностные опросники могут быть разделены *по направленности* на:

– *опросники черт личности*, разработанные на основе выделения черт личности (опросники Р. Кеттелла). Этот подход основывается на предположении о существовании конечного набора базисных личностных качеств, а различия между людьми определяются в рамках этого подхода степенью выраженности этих качеств. Черты объединяют группы тесно связанных личностных признаков. Число черт определяет размерность личностного пространства. Черты понимаются как последовательность поведения, привычки или тенденции к повторению поведенческих проявлений. Они иерархически организованы, их верхний уровень образуют *факторы*, которые имеют множество разнообразных поведенческих проявлений, относительно стабильны (постоянны во времени при неизменности привычных условий жизни), воспроизводятся в разных исследованиях и социально значимы. Иногда факторы называют *базисными*, или *универсальными*, чертами;

– *типологические опросники*, составленные на основе выделения типов личности как целостных образований, несводимых к набору черт (или факторов) (опросники Айзенка, Леонгарда, Шмишека). Тип личности не только определяет особенности опросника, но и выступает способом обобщения диагностических данных, а также предполагает группировку обследованных по степени сходства, близости в пространстве личностных признаков. При использовании этого вида опросников диагноз ставится на основе сопоставления индивидуальных результатов с соответствующими (усреднен-

ными) типами личности, представленными в опроснике, и определении степени их сходства [18, с.100];

– *опросники мотивов*, предназначенные для диагностики мотивационно-потребностной сферы личности (опросники Эдварса);

– *опросники интересов* (опросники Кюдера), широко применяемые в целях профориентации. Дифференциально-диагностический опросник Е. А. Климова разработан на основе типологии профессий по принципу отношения человека к различным объектам окружающего мира. Выделены пять типов профессий: человек-природа, человек-техника, человек-знаковая система, человек-художественный образ, человек-человек. В пунктах таблицы отражены занятия, соответствующие этим профессиям, а также успешность этих занятий по оценкам самого индивида и окружающих. Показатели дают оценку выраженности интересов к каждому из пяти типов профессий [18, с. 112];

– *опросники ценностей* (опросники Сьюпера, Рокича), предназначенные для диагностики ценностей и ценностных ориентации, весьма различаются своей методологией, содержанием, конкретными целями, но они очень похожи на меры оценки интересов и установок. Некоторые опросники ценностей также частично совпадают с опросниками измерения других личностных свойств. Примером методики этого класса является методика ценностных ориентации М. Рокича (Rokeach Value Survey — RVS), достаточно широко используемая в отечественной психодиагностической практике. Ее адаптация для отечественной выборки взрослых была выполнена А. Г. Гоштаутасом, Н. А. Семеновым и В. А. Ядовым;

– *опросники установок аттитюдов* (шкала Терстона).

В соответствии с принципом, положенным в основу конструирования, различают:

1) *факторные опросники*, для конструирования которых используется факторный анализ (опросники Р. Кеттелла);

2) *эмпирические опросники*, для конструирования которых применяется критериально-ключевой принцип, позволяющий на основе обнаружения критериальных психологических признаков дифференцировать различные группы испытуемых (ММРІ).

В зависимости от степени охвата личностных характеристик все личностные опросники могут быть разделены на те, которые

предназначены для измерения какого-либо одного качества (одномерные) или нескольких (многомерные).

Практически все опросники могут быть использованы не только для индивидуального, но и для группового обследования. В последнее время достаточно широко распространено представление заданий опросников с помощью компьютеров.

Полученные с помощью личностных опросников данные приводятся в виде количественных оценок, которые в многомерных шкалах, как правило, преобразуются в разного типа стандартизированные показатели. Результаты для наглядности могут быть представлены в виде профиля личности или дискограммы. Профиль личности — это набор черт в своей совокупности. Психодиагностический профиль — графическое представление результатов многофакторного теста или батареи тестов в виде ломаной кривой, подъемы и спады которой указывают на уровень выраженности у данного испытуемого определенного психического свойства (фактора) [28, с. 219—220].

Однако знать и понимать указанные выше специфические особенности метода опросников важно не только тем, кто занимается их разработкой, но и пользователям, а также тем, кто использует полученные с их помощью результаты. Любые методы психодиагностики следует рассматривать в качестве определенных, обладающих специфическими свойствами способов извлечения первичной диагностической информации об испытуемых. Интерпретация этой информации возможна лишь при условии понимания пользователем истории создания методики, ее ограниченности, тех допущений, которые были сделаны при этом, возможных ошибок и неточностей, связанных со спецификой методики. Необходима определенная доля критичности к методикам и получаемой с их помощью информации. В отношении же опросников можно отметить следующее: психодиагносты единодушны в том, что они по методическому уровню стоят ниже других формализованных методов. Для повышения достоверности и прогностичности результатов следует использовать данные методики в комплексе с другими диагностическими методами [18, с. 125].

Проективные методики — методики, предназначенные для диагностики личности, для которых характерен глобальный подход к оценке личности, а не выявление отдельных ее черт. Наиболее су-

ществленным признаком проективных методик является использование в них неопределенных стимулов, которые испытуемый должен сам дополнять, интерпретировать, развивать и т. д. Так, испытуемому предлагается интерпретировать содержание сюжетных картинок, завершать незаконченные предложения, давать толкование неопределенных очертаний и т. п. В отличие от интеллектуальных тестов ответы на задания проективных методик не могут быть правильными или неправильными; возможен широкий диапазон разнообразных решений. При этом предполагается, что характер ответов определяется особенностями личности испытуемого. Цель проективных методик относительно замаскирована, что уменьшает возможность испытуемого давать такие ответы, которые позволяют произвести желательное о себе впечатление.

Для обозначения определенного типа психологических методик понятие проекции впервые используется *Л. Франком* в 1939 г. Им были выдвинуты три основных принципа, лежащих в основе проективного исследования личности:

1. Личность рассматривается как система взаимосвязанных процессов, а не перечень черт.

2. Личность в проективном подходе изучается как относительно устойчивая система динамических процессов, организованных на основе потребностей, эмоций и индивидуального опыта.

3. Эта система основных динамических процессов постоянно действует на протяжении жизни индивида; каждое эмоциональное проявление индивида, его высказывания и двигательные акты несут на себе отпечаток личности. Это теоретическое положение называют «проективной гипотезой».

Проективные методики удачно дополняют существующие, позволяя заглянуть в то, что наиболее глубоко скрыто и ускользает при использовании традиционных приемов исследования.

1 ДИАГНОСТИКА ТЕМПЕРАМЕНТА

Темперамент — характеристика индивида со стороны динамических особенностей его психической деятельности. В психологических концепциях Г. Олпорта, К. Роджерса, А. Маслоу, Л. С. Выготского и А. Н. Леонтьева темперамент, по сути, игнорируется, у

Б. М. Теплова и В. Д. Небылицына рассматривается подробно, но изолированно, у Р. Кеттелла и Г. Айзенка темперамент рядоположен другим факторам и становится основным измерением личности.

Темперамент — закономерное соотношение устойчивых индивидуальных особенностей человека, характеризующих различные стороны динамики психической деятельности [5, с. 181]. Различные сочетания закономерно связанных между собой свойств темперамента называют типами темперамента.

Психодиагностика темперамента — совокупность приемов и методик, направленных на получение диагноза психологических особенностей темперамента [6, с. 261].

Для определения выраженности свойств темперамента в различных типах деятельности В. М. Русаловым был разработан *опросник формально-динамических свойств индивидуальности*, который позволяет оценить уровень эргичности, пластичности, скорости и эмоциональности в психомоторной, интеллектуальной и коммуникативной сферах. Также вычисляется общий тип темперамента.

Свойства темперамента, адекватные основным свойствам нервной системы, можно определить с помощью адаптированного варианта *опросника Я. Стрелая*, позволяющего выявить объективные количественные оценки свойств ВНД и на этой основе отнести испытуемых к тому или иному типу темперамента.

Определить тип темперамента можно с помощью двухфакторной модели экстравертированности и нейротизма Г. Айзенка.

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

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

Определенный интерес представляет *опросник Б. Д. Смирнова* по определению таких психологических качеств личности, как экстраверсия — интроверсия, ригидность — пластичность, эмоциональная возбудимость — эмоциональная уравновешенность, темп реакции на раздражители, активность в определенных видах деятельности. Опросник позволяет определить степень выраженности каждого из названных свойств — от очень высокого до очень низкого.

Следует иметь в виду, что в чистом виде типы темперамента не существуют. Процентное соотношение типов темперамента, присущее конкретному человеку, можно определить с помощью *теста «Формула темперамента» А. Белова*.

Тест «Формула темперамента» (А. Белов)

Инструкция

Отметьте знаком «+» те качества в «паспорте» темперамента, которые для вас обычны, повседневны.

Итак, если вы:

- 1) неусидчивы, суетливы;
- 2) невыдержанны, 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, со сбивчивыми интонациями речью;
- 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) обладаете резкими порывистыми движениями;
- 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 работоспособны;
- 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 собраны, 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, равномерной речью, с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики;

- 7) сдержаны и терпеливы;
- 8) доводите начатое дело 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 коллегам 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 установить контакт 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 легко ранимы;
- 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

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, значит, качества данного темперамента присущи вам в значительной степени. Если положительных ответов 6—10, то качества данного типа присущи вам совсем в небольшой степени. А теперь определите формулу темперамента:

$$\Phi_T = \left(\frac{A_x}{A} \cdot 100\% \right) + \left(\frac{A_c}{A} \cdot 100\% \right) + \left(\frac{A_\Phi}{A} \cdot 100\% \right) + \left(\frac{A_m}{A} \cdot 100\% \right),$$

где A_x — число плюсов в «паспорте холерика»;

A — общее число плюсов по всем типам;

A_c — число плюсов в «паспорте сангвиника»;

A_Φ — число плюсов в «паспорте флегматика»;

A_m — число плюсов в «паспорте меланхолика».

После преобразований формула темперамента следующая:

$$\Phi_T = 35\% X + 30\% C + 14\% \Phi + 21\% M,$$

где X — холерический темперамент;

C — сангвинический темперамент;

Φ — флегматический темперамент;

M — меланхолический темперамент.

Это значит, что данный темперамент на 35% холерический, на 30% сангвинический, на 14% флегматичный, на 21% меланхолический. Если относительный результат числа положительных ответов по какому-либо типу составляет 40% и выше, значит, данный тип темперамента является у вас доминирующим, если 30—39%, то качества данного типа выражены достаточно ярко, если 20—29%, то качества данного типа выражены средне, если 10—19%, то качества данного темперамента выражены в малой степени.

Опросник PEN (Г. Айзенк и С. Айзенк)

Назначение

Опросник измеряет нейropsихическую лабильность, экстраверсию и психотизм. Вторично можно вывести наличие таких дальнейших черт личности, как эмоционально-волевая стабильность и отнесение темпераментов к классическим типам (холерик, сангвник, флегматик, меланхолик). Опросник показывает связь между этими четырьмя типами темпераментов и результатами факторно-аналитического описания личности. Время ответов не ограничивается, хотя не рекомендуется затягивать процедуру опросника.

Перед обследованием испытуемому выдается бланк для ответов и зачитывается инструкция. Опрос можно проводить как индивидуально, так и в группе.

Инструкция

Вам предлагаются вопросы, касающиеся вашего характера и здоровья. Если вы согласны с утверждением, рядом с его номером поставьте «+» («да»), если нет — знак «-» («нет»). Долго не задумывайтесь, здесь правильных и неправильных ответов нет.

Опросник

1. У вас много различных хобби?
2. Вы обдумываете предварительно то, что собираетесь делать?
3. У вас часто бывают спады и подъемы настроения?
4. Вы претендовали когда-нибудь на похвалу за то, что в действительности сделал другой человек?
5. Вы разговорчивый человек?
6. Вас беспокоило бы то, что вы залезли в долги?
7. Вам приходилось чувствовать себя несчастным человеком без особых на то причин?
8. Вам случалось когда-нибудь пожадничать, чтобы получить больше того, что вам полагалось?
9. Вы тщательно запираете дверь на ночь?
10. Вы считаете себя жизнерадостным человеком?
11. Увидев, как страдает ребенок, животное, вы бы сильно расстроились?

12. Вы часто переживаете из-за того, что сделали или сказали что-то, чего не следовало бы делать и говорить?
13. Вы всегда исполняете свои обещания, даже если лично вам это очень неудобно?
14. Вы получили бы удовольствие, прыгая с парашютом?
15. Способны ли вы дать волю чувствам и повсюду повеселиться в шумной компании?
16. Вы раздражительны?
17. Вы когда-нибудь обвиняли кого-нибудь в том, в чем на самом деле были виноваты вы сами?
18. Вам нравится знакомиться с новыми людьми?
19. Вы верите в пользу страхования?
20. Легко ли вас обидеть?
21. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
22. Вы стараетесь быть в тени, находясь в обществе?
23. Стали бы вы принимать средства, которые могут привести вас в необычное или опасное состояние (алкоголь, наркотики)?
24. Вы часто испытываете такое состояние, когда все надоело?
25. Вам случалось брать вещь, принадлежащую другому лицу, будь это даже такая мелочь, как булавка или пуговица?
26. Вам нравится часто ходить к кому-нибудь в гости и бывать в обществе?
27. Вам доставляет удовольствие обижать тех, кого вы любите?
28. Вас часто беспокоит чувство вины?
29. Вам приходилось говорить о том, в чем вы плохо разбираетесь?
30. Вы обычно предпочитаете книги встречам с людьми?
31. У вас есть явные враги?
32. Вы назвали бы себя нервным человеком?
33. Вы всегда извиняетесь, когда наругаете другому?
34. У вас много друзей?
35. Вам нравится устраивать розыгрыши и шутки, которые иногда могут действительно причинить людям боль?
36. Вы беспокойный человек?
37. В детстве вы всегда безропотно и немедленно выполняли то, что Вам приказывали?
38. Вы считаете себя беззаботным человеком?
39. Много ли для вас значат хорошие манеры и чистоплотность?

40. Волнуетесь ли вы по поводу каких-либо ужасных событий, которые могли бы случиться, но не случились?
41. Вам случалось сломать или потерять чужую вещь?
42. Вы обычно первыми проявляете инициативу при знакомстве?
43. Можете ли вы легко понять состояние человека, если он делится с вами заботами?
44. У вас часто бывают нервы натянутыми до предела?
45. Бросите ли вы ненужную бумажку на пол, если под рукой нет корзины?
46. Вы больше молчите, находясь в обществе других людей?
47. Считаете ли вы, что брак старомоден и его следует отменить?
48. Вы иногда чувствуете жалость к себе?
49. Вы иногда много хвастаетесь?
50. Вы легко можете внести оживление в довольно скучную компанию?
51. Раздражают ли вас осторожные водители?
52. Вы беспокоитесь о своем здоровье?
53. Вы говорили когда-нибудь плохо о другом человеке?
54. Вы любите пересказывать шутки и анекдоты своим друзьям?
55. Для вас большинство пищевых продуктов одинаковы на вкус?
56. Бывает ли у вас иногда дурное настроение?
57. Вы дерзили когда-нибудь своим родителям в детстве?
58. Вам нравится общаться с людьми?
59. Вы переживаете, если узнаете, что допустили ошибки в своей работе?
60. Вы страдаете от бессонницы?
61. Вы всегда моете руки перед едой?
62. Вы из тех людей, которые не лезут за словом в карман?
63. Вы предпочитаете приходить на встречу немного раньше назначенного срока?
64. Вы чувствуете себя апатичным, усталым без какой-либо причины?
65. Вы когда-нибудь плутовали в игре?
66. Вам нравится работа, требующая быстрых действий?
67. Ваша мать — хороший человек (была хорошим человеком)?
68. Часто ли вам кажется, что жизнь ужасно скучна?
69. Вы когда-нибудь воспользовались оплошностью другого человека в своих целях?
70. Вы часто берете на себя больше, чем позволяет время?

71. Есть ли люди, которые стараются избегать вас?
72. Вас очень заботит ваша внешность?
73. Вы всегда вежливы, даже с неприятными людьми?
74. Считаете ли вы, что люди затрачивают слишком много времени, чтобы обеспечивать свое будущее, откладывая сбережения, страхуя себя и свою жизнь?
75. Возникало ли у вас когда-нибудь желание умереть?
76. Вы попытались бы избежать уплаты налога с дополнительного заработка, если бы были уверены, что вас никогда не смогут уличить в этом?
77. Вы можете внести оживление в компанию?
78. Вы стараетесь не грубить людям?
79. Вы долго переживаете после случившегося конфуза?
80. Вы когда-нибудь настаивали на том, чтобы было по-вашему?
81. Вы часто приезжаете на вокзал в последнюю минуту перед отходом поезда?
82. Вы когда-нибудь намеренно говорили что-нибудь неприятное или обидное для человека?
83. Вас беспокоили ваши нервы?
84. Вам неприятно находиться среди людей, которые подшучивают над товарищами?
85. Вы легко теряете друзей по своей вине?
86. Вы часто испытываете чувство одиночества?
87. Всегда ли ваши слова совпадают с делом?
88. Нравится ли вам иногда дразнить животных?
89. Вы легко обижаетесь на замечания, касающиеся лично вас и вашей работы?
90. Жизнь без какой-либо опасности показалась бы вам слишком скучной?
91. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или на работу?
92. Вам нравится суета и оживление вокруг вас?
93. Вы хотите, чтобы люди боялись вас?
94. Верно ли, что вы иногда полны энергии и все горит в руках, а иногда совсем вялы?
95. Вы иногда откладываете на завтра то, что должны сделать сегодня?
96. Считают ли вас живым и веселым человеком?
97. Часто ли вам говорят неправду?

98. Вы очень чувствительны к некоторым явлениям, событиям, вещам?

99. Вы всегда готовы признавать свои ошибки?

100. Вам когда-нибудь жалко животное, которое попало в капкан?

101. Трудно ли вам заполнять анкету?

Обработка результатов

При обработке опросника подсчитывается количество ответов испытуемого совпавших с «ключевыми».

Ключ

1. Шкала психотизма:

«нет» в ответах на вопросы 2, 6, 9, 11, 19, 39, 43, 59, 63, 67, 78, 100;

«да» в ответах на вопросы 14, 23, 27, 31, 35, 47, 51, 55, 71, 85, 88, 93, 97.

2. Шкала экстраверсии — интроверсии:

«нет» в ответах на вопросы 22, 30, 46, 84;

«да» в ответах на вопросы 1, 5, 10, 15, 18, 26, 34, 38, 42, 50, 54, 58, 62, 66, 70, 74, 77, 81, 90, 92, 96.

3. Шкала нейротизма:

«да» в ответах на вопросы 3, 7, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 75, 79, 83, 86, 89, 94, 98.

4. Шкала искренности:

«нет» в ответах на вопросы 4, 8, 17, 25, 29, 41, 45, 49, 53, 57, 65, 69, 76, 80, 82, 91, 95;

«да» в ответах на вопросы 13, 21, 33, 37, 61, 73, 87, 99.

Интерпретация результатов

Данная методика содержит следующие шкалы: экстраверсия — интроверсия, нейротизм, психотизм и специфическую шкалу, предназначенную для оценки искренности испытуемого, его отношения к обследованию.

Типологические характеристики

Приведем характеристику данным шкалам. *Экстраверсия* проявляется в общительном, активном, оптимистическом, самоуверенном и импульсивном поведении. Для *интровертов* характерно поведение необщительное, пассивное, спокойное, вдумчивое, рассудительное. Человеку с *высоким нейротизмом* свойственны сверхчувствитель-

ные реакции, напряженность, тревожность, недовольство собой и окружающим миром, ригидность. Индивид с *низким уровнем нейротизма* спокоен, беззаботен, непринужден в общении, надежен. Шкала *психотизма* говорит о склонности к асоциальному поведению, вычурности, неадекватности эмоциональных реакций, высокой конфликтности лиц, имеющих высокие оценки по данной шкале.

Высокие оценки по шкале экстраверсия — интроверсия соответствуют экстравертированному типу, низкие — интровертированному. Средний показатель — *7—15 баллов*.

Высокие показатели по шкале нейротизма говорят о высокой психической неустойчивости. Средний показатель — *8—16 баллов*.

Высокие оценки по шкале психотизма показывают на высокую конфликтность. Средний показатель — *5—12 баллов*.

Если по шкале искренности количество баллов превышает 10, то результаты обследования считаются недостоверными, испытуемому следует отвечать на вопросы более откровенно.

Опросник ЕРІ (Г. Айзенк)

Назначение

Автор двухфакторной модели личности Г. Айзенк в качестве показателей основных свойств личности использовал экстраверсию — интроверсию и нейротизм. В общем смысле **экстраверсия** — направленность личности на окружающих людей и события, **интроверсия** — направленность личности на ее внутренний мир, а **нейротизм** — понятие, синонимичное тревожности, проявляется как эмоциональная неустойчивость, напряженность, эмоциональная возбудимость, депрессивность.

Эти свойства, составляющие структуру личности по Г. Айзенку, генетически детерминированы. Их выраженность связана со скоростью выработки условных рефлексов и их прочностью, балансом процессов возбуждения — торможения в центральной нервной системе и уровнем активации коры головного мозга со стороны ретикулярной формации. Однако наиболее разработанным из двух названных свойств на физиологическом уровне в теории Айзенка является учение об экстра-

версии — интроверсии. В частности, различия между экстравертами и интровертами Г. Айзенку и его последователям удалось установить более чем по пятидесяти физиологическим показателям.

Так, *экстраверт*, по сравнению с интровертом, труднее вырабатывает условные рефлексы, обладает большей терпимостью к боли, но меньшей терпимостью к сенсорной депривации, вследствие чего не переносит монотонности, чаще отвлекается во время работы и т. п. Типичными поведенческими проявлениями экстраверта являются общительность, импульсивность, недостаточный самоконтроль, хорошая приспособляемость к среде, открытость в чувствах. Он отзывчив, жизнерадостен, уверен в себе, стремится к лидерству, имеет много друзей, несдержан, стремится к развлечениям, любит рисковать, остроумен, не всегда обязателен.

У *интроверта* преобладают следующие особенности поведения: он часто погружен в себя, испытывает трудности, устанавливая контакты с людьми и адаптируясь к реальности. В большинстве случаев интроверт спокоен, уравновешен, миролюбив, его действия продуманы и рациональны. Круг друзей у него невелик. Интроверт высоко ценит этические нормы, любит планировать будущее, задумывается над тем, что и как будет делать, не поддается моментальным побуждениям, пессимистичен, не любит волнений, придерживается заведенного жизненного порядка. Он строго контролирует свои чувства и редко ведет себя агрессивно, обязателен.

На одном полюсе нейротизма (высокие оценки) находятся так называемые *нейротики*, которые отличаются нестабильностью, неуравновешенностью нервно-психических процессов, эмоциональной неустойчивостью, а так же лабильностью вегетативной нервной системы. Поэтому они легко возбудимы, для них характерны изменчивость настроения, чувствительность, а так же тревожность, мнительность, медлительность, нерешительность.

Другой полюс нейротизма (низкие оценки) — *эмоционально-стабильные лица*, характеризующиеся спокойствием, уравновешенностью, уверенностью, решительностью.

Показатели интроверсии — экстраверсии и нестабильности — стабильности независимы и биполярны. Каждый из них представляет собой континуум между двумя полюсами крайне выраженного личностного свойства. Сочетание этих двух в разной степени выраженных свойств и создает неповторимое своеобразие личности.

Характеристики большинства испытуемых располагаются между полюсами, чаще где-то близко к центру. Удаленность показателя от центра свидетельствует о степени отклонения от среднего с соответствующей выраженностью личностных свойств.

Связь факторно-аналитического описания личности с четырьмя классическими типами темперамента — холерическим, сангвиническим, меланхолическим, флегматическим — отражается в круге Айзенка: по горизонтали (слева направо) увеличивается абсолютная величина показателя экстраверсии, а по вертикали (снизу вверх) уменьшается выраженность показателя стабильности.

Опросник имеет две параллельные, эквивалентные формы А и В, которые могут применяться как одновременно (для большей достоверности результатов), так и раздельно, с интервалом во времени (с целью получения результатов исследования в динамике). Каждая из них содержит по 57 вопросов. Имеются шкалы: экстраверсии — интроверсии, невротизма и шкала лжи.

Для удобства в работе с опросником можно использовать бланк ответов для испытуемых (рис. 1).

Инструкция

Вам предлагается ответить на 57 вопросов. Вопросы направлены на выявление вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый «естественный» ответ, который придет вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «хороших» или «плохих» ответов. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак «+» (да), если нет — знак «-» (нет).

Форма А

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы встряхнуться и испытать возбуждение?

2. Часто ли вы нуждаетесь в друзьях, которые вас понимают, могут одобрить или утешить?

3. Вы человек беспечный?

4. Не находите ли вы, что вам очень трудно отвечать «нет»?

5. Задумываетесь ли вы перед тем, как что-либо предпринять?

6. Если вы обещаете что-либо сделать, всегда ли вы сдерживаете свои обещания, независимо от того, удобно это вам или нет?

Ф. И. О. _____
Дата _____ Возраст _____ Образование _____

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

Рисунок 1 — Образец бланка теста

7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Обычно вы поступаете и говорите быстро, не раздумывая?
9. Часто ли вы чувствуете себя несчастным человеком без достаточных на то причин?
10. Сделали бы вы все что угодно на спор?
11. Возникают ли у вас чувства робости и стыда?
12. Выходите ли вы иногда из себя, злитесь ли?
13. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало делать и говорить?

15. Предпочитаете ли вы обычно книги встречам с людьми?
16. Легко ли вас обидеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас иногда мысли, которые бы вы хотели скрыть от других?
19. Верно ли, что вы иногда полны энергии так, что все горит в руках, а иногда совсем веселы?
20. Предпочитаете ли вы иметь поменьше друзей, но зато близких вам?
21. Часто ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, вы отвечаете тем же?
23. Часто ли вас беспокоит чувство вины?
24. Все ли ваши привычки хороши и желанны?
25. Способны ли вы дать волю своим чувствам и всю повеселиться в компании?
26. Считаете ли вы себя человеком возбудимым и чувствительным?
27. Считают ли вас человеком живым и веселым?
28. Часто ли, сделав какое-нибудь важное дело, вы испытываете чувство, что могли бы сделать его лучше?
29. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других людей?
30. Вы иногда сплетничаете?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут вам в голову?
32. Если вы хотите узнать о чем-нибудь, то вы предпочитаете прочитать об этом в книге, нежели спросить?
33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?
34. Нравится ли вам работа, которая требует от вас постоянного внимания?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?
37. Вам неприятно находиться в обществе, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Волнуетесь ли вы по поводу каких-то неприятных событий, которые могли произойти?
41. Вы ходите медленно и неторопливо?

42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или на работу?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что никогда не упустите случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-либо боли?
46. Вы чувствовали бы себя очень несчастным, если бы длительное время были бы лишены широкого общения с людьми?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые вам явно не нравятся?
49. Можете ли вы сказать, что являетесь весьма уверенным в себе человеком?
50. Легко ли вы общаетесь, когда люди указывают на ваши ошибки в работе или на ваши личные промахи?
51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Легко ли вам внести оживление в довольно скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшучивать над другими?
57. Страдаете ли вы от бессонницы?

Форма В

1. Нравится ли вам оживление и суета вокруг вас?
2. Часто ли у вас бывало беспокойное чувство, что вам чего-то хочется, а вы не знаете чего?
3. Вы из тех людей, которые не лезут за словом в карман?
4. Чувствуете ли вы себя иногда счастливым, а иногда печальным без какой-либо причины?
5. Держитесь ли вы обычно в «тени» на вечеринках или в компании?
6. Всегда ли в детстве вы делали немедленно и безропотно то, что Вам приказывали?
7. Бывает ли, что у вас иногда дурное настроение?
8. Когда вас втягивают в ссору, предпочитаете ли вы отмолчаться, надеясь, что все обойдется?
9. Легко ли вы поддаетесь переменам настроения?
10. Нравится ли вам находиться среди людей?

11. Часто ли вы теряете сон из-за своих тревог?
12. Упрямитесь ли вы иногда?
13. Могли бы вы назвать себя беспечным?
14. Часто ли вы решаетесь на что-нибудь, когда уже слишком поздно?
15. Любите ли вы работать в одиночестве?
16. Часто ли вы чувствуете себя равнодушным и усталым без серьезной причины?
17. Подвижный ли вы человек?
18. Смееетесь ли вы иногда над неприличными шутками?
19. Часто ли вам что-то так надоедает, что вы чувствуете себя «сытым по горло»?
20. Вы чувствуете себя неловко в новой или нарядной одежде?
21. Часто ли ваши мысли отвлекаются, когда вы пытаетесь сосредоточиться на чем-то внимание?
22. Можете ли вы быстро выразить свои мысли словами?
23. Часто ли вы бываете погружены в свои мысли?
24. Полностью ли вы свободны от всяких предрассудков?
25. Нравятся ли вам первоапрельские шутки?
26. Часто ли вы думаете о своей работе?
27. Очень ли вы любите вкусно поесть?
28. Нуждаетесь ли вы в дружественном человеке, чтобы выговориться, когда раздражены?
29. Если вам по серьезной причине нужны будут деньги, согласитесь ли вы лучше продать что-нибудь из своих вещей, чем занять деньги?
30. Хвастаетесь ли вы иногда?
31. Очень ли вы чувствительны к некоторым вещам?
32. Предпочли бы вы остаться в одиночестве дома, чем пойти на скучную вечеринку?
33. Бываете ли вы иногда так возбуждены, что не можете усидеть на месте?
34. Склонны ли вы планировать свои действия детально и заранее?
35. Бывает ли у вас головокружение?
36. Всегда ли вы отвечаете на письма сразу после прочтения?
37. Делаете ли вы обычно вещи лучше, обдумывая их в одиночку, чем обсуждая с другими?
38. Случается ли у вас когда-либо одышка, хотя перед ней вы не делали никакой тяжелой работы?

39. Являетесь ли вы беспечным человеком, которого не волнует, чтобы все было так, как нужно?

40. Беспокоят ли вас ваши нервы?

41. Нравится ли вам больше планировать, чем делать?

42. Откладываете ли вы иногда на завтра то, что должны делать сегодня?

43. Нервничаете ли вы, когда находитесь в лифте или туннеле?

44. При знакомстве вы обычно первым проявляете инициативу?

45. Бывают ли у вас сильные головные боли?

46. Считаете ли вы обычно, что все само собой уладится и придет в норму?

47. Трудно ли вам заснуть ночью?

48. Лгали ли вы когда-нибудь в своей жизни?

49. Говорили ли вы иногда первое, что придет в голову?

50. Долго ли вы переживаете после случившегося конфуза?

51. Замкнуты ли вы обычно со всеми, кроме близких людей?

52. Часто ли с вами случаются неприятности?

53. Любите ли вы шутить и рассказывать забавные истории вашим друзьям?

54. Предпочитаете ли вы больше выигрывать, чем проигрывать?

55. Часто ли вы чувствуете себя неловко в обществе людей выше вас по положению?

56. Когда обстоятельства против вас, обычно вы думаете, что еще стоит что-нибудь предпринять?

57. Часто ли у вас «сосет под ложечкой» перед важным делом?

Обработка результатов

После того как испытуемые ответили на все вопросы, им предлагается подсчитать количество баллов по каждой школе. Для этого используют ключ, и при каждом совпадении ответа с ключом начисляется по одному баллу.

Ключ

1. Экстраверсия — интроверсия:

«да» в ответах на вопросы 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56;

«нет» в ответах на вопросы 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

2. **Нейротизм** (эмоциональная стабильность — эмоциональная нестабильность):

«да» в ответах на вопросы 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

3. «Шкала лжи»:

«да» в ответах на вопросы 6, 24, 36;

«нет» в ответах на вопросы 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Интерпретация результатов

Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в 1 балл. При анализе результатов следует придерживаться следующих ориентиров:

1. *Экстраверсия*: 12 баллов — среднее значение, 15 и более баллов — экстраверт, 19 и более баллов — яркий экстраверт, 9 и менее баллов — интроверт, 5 и менее баллов — глубокий интроверт.

2. *Нейротизм*: 9—13 — среднее значение, 15 и более баллов — высокий уровень нейротизма, 19 и более баллов — очень высокий уровень нейротизма, 7 и менее баллов — низкий уровень нейротизма.

3. *Ложь*: 4 и менее баллов — норма, более 4 баллов — неискренность в ответах, свидетельствующая о некоторой демонстративности поведения и ориентированности испытуемого на социальное одобрение.

Полезную информацию о типе темперамента позволит получить дальнейшая обработка результатов, заключающаяся в построении координатной оси, в которой в роли осей используются шкала нейротизма и шкала интроверсии — экстраверсии.

Следует заметить, что для индивидов, имеющих высокие показатели по шкале нейротизма характерна эмоциональная неустойчивость, высокая тревожность, как правило, низкое самоуважение.

Типологические характеристики

Приведем некоторые характеристики людей с преобладанием интровертированной или экстравертированной направленности.

Типичными чертами *экстраверта* являются высокая общительность, наличие широкого круга друзей, импульсивность, оптимизм, самоуверенность, недостаток самоконтроля. Он любит рисковать, быть лидером, находится в центре всех событий. В то же время он не любит ждать, трудно переносит монотонность, часто отвлекается от работы и проявляет несдержанность.

Типичного *интроверта* характеризует спокойствие, застенчивость, уравновешенность и миролюбивость в большинстве жизненных ситуаций. Он предпочитает общение с книгами общению с людьми, так как испытывает трудности в установлении контактов, высоко ценит этические нормы, любит планировать, много думает над тем, что и как будет делать. Строго придерживается заведенного порядка, не любит импульсивности, контролирует свои чувства и редко ведет себя агрессивно. Всегда обязателен, предпочитает иметь меньше друзей, но очень преданных.

Представление результатов по шкалам экстраверсии и нейротизма осуществляется при помощи системы координат.

Таким образом, используя данные обследования по шкалам экстра-, интроверсии и нейротизма, можно вывести показатели темперамента личности по классификации Павлова, который описал четыре классических типа: сангвиник (по основным свойствам центральной нервной системы характеризуется как сильный, уравновешенный, подвижный), холерик (сильный, неуравновешенный, подвижный), флегматик (сильный, уравновешенный, инертный), меланхолик (слабый, неуравновешенный, инертный).

На рисунке 2 можно увидеть, как соотносятся типы темперамента со шкалами опросника. Там же приведена краткая характеристика каждого типа темперамента. Как правило, следует говорить о преобладании тех или иных черт темперамента, поскольку в жизни в чистом виде они встречаются редко.

«Чистый» *сангвиник* быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка, жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

Холерик отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений,



Рисунок 2 — Круг Айзенка

сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, аффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

Флегматик характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает 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, рассчи-

тав свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту 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 лишь привычных действий.

У *меланхолика* реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию (опускаются руки). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях меланхолик — человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляется с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.

Опросник для изучения темперамента (Я. Стреляу)

Инструкция

Предлагаемые вопросы относятся к различным свойствам темперамента. Ответы на эти вопросы не могут быть хорошими или плохими, так как каждый темперамент обладает своими достоинствами. Отвечать на вопросы следует в той последовательности, в которой они расположены, не возвращаясь к ранее данным ответам. На каждый вопрос следует дать один из трех ответов: «да», «нет» или «не знаю». Ответ «не знаю» следует давать тогда, когда трудно остановиться на «да» или «нет».

Опросник

1. Относишься ли ты к людям, которые легко завязывают знакомства с другими людьми?

2. Можешь ли ты воздержаться от выполнения действия до того момента, когда будет дано соответствующее распоряжение?
3. Достаточен ли краткий отдых для того, чтобы прошло твое утомление, вызванное работой?
4. Можешь ли ты работать в неблагоприятных условиях?
5. Воздерживаешься ли ты в процессе спора от эмоциональных аргументов, не относящихся к делу?
6. Легко ли тебе возвращаться к прежней работе после долгого перерыва (отпуска, каникул)?
7. Забываешь ли ты о своем утомлении, когда поглощен работой?
8. Можешь ли ты терпеливо ожидать момента завершения работы, которую ты поручил кому-то?
9. Одинаково легко ли ты засыпаешь, если ложишься спать в разное время?
10. Умеешь ли ты «хранить секрет», если тебя об этом просят?
11. Легко ли тебе возобновить работу, которую ты не выполнял в течение нескольких недель или месяцев?
12. Умеешь ли ты терпеливо объяснять?
13. Любишь ли ты работу, требующую умственных усилий?
14. Испытываешь ли ты чувство сонливости и скуку в процессе выполнения монотонной работы?
15. Легко ли ты засыпаешь после сильных переживаний?
16. Можешь ли ты в случае необходимости воздержаться от демонстрации своего преимущества?
17. Ведешь ли ты себя как обычно в присутствии незнакомых людей?
18. Легко ли тебе сдерживать злость или гнев?
19. Сохраняешь ли ты присутствие духа в случае неудач?
20. Можешь ли ты в случае необходимости приспособить свою манеру держаться к особенностям поведения других членов группы?
21. Охотно ли ты берешься за выполнение ответственных функций?
22. Меняется ли твое настроение под влиянием окружения?
23. Сохраняешь ли ты веру в себя в трудные минуты?
24. Говоришь ли ты так же свободно, как всегда, в присутствии человека, чье мнение для тебя важно?
25. Остаешься ли ты спокойным в случае неожиданных изменений в распорядке дня?
26. Быстро ли ты находишь нужный ответ?

27. Можешь ли ты оставаться спокойным в ожидании важного для себя решения по поводу приема в учебное заведение, поездки за границу?

28. Легко ли у тебя проходят первые дни отпуска, каникул и т. п.?

29. Ты находчив?

30. С легкостью ли ты приспосабливаешь свою походку или то, как ты ешь, к тому, кто это делает медленнее?

31. Быстро ли ты засыпаешь, ложаешься отдыхать?

32. Охотно ли ты выступаешь на собрании, занятиях?

33. Легко ли у тебя портится настроение?

34. Легко ли тебе прервать работу, которой занят?

35. Можешь ли ты помолчать, чтобы не мешать другим?

36. Можешь ли ты не «поддаваться на провокацию»?

37. Легко ли ты срабатываешься с другими людьми?

38. Всегда ли ты взвешиваешь все «за» и «против» перед принятием важного решения?

39. Можешь ли ты проследить от начала до конца ход рассуждений автора, читая какую-нибудь книгу?

40. Легко ли тебе завязать разговор с попутчиками?

41. Можешь ли ты сдерживаться от вступления в спор, если знаешь, что это ни к чему не приведет?

42. Охотно ли ты берешься за работу, требующую большой точности движений?

43. Можешь ли ты изменить принятое решение, если мнение других не совпало с твоим?

44. Быстро ли ты привыкаешь к новой организации труда?

45. Можешь ли ты поработать ночью, если днем тоже работал?

46. Быстро ли ты читаешь художественную литературу?

47. Быстро ли ты отказываешься от своих планов из-за препятствий?

48. Можешь ли ты держать себя в руках в тех ситуациях, которые этого требуют?

49. Легко ли ты просыпаешься?

50. Можешь ли ты сдержаться от немедленной импульсивной реакции?

51. Можешь ли ты работать в условиях шума?

52. Можешь ли ты в случае необходимости не говорить всей правды прямо в глаза?

53. Умеешь ли ты сдерживать волнение перед экзаменом, разговором с начальством и т. п.?

54. Быстро ли ты привыкаешь к новому окружению?
55. Любишь ли ты разнообразие и частую смену обстановки?
56. Достаточно ли тебе ночного сна для полного восстановления сил, если днем ты выполнил тяжелую работу?
57. Избегаешь ли ты занятий, которые требуют выполнения разнообразных действий в течение короткого времени?
58. Справляешься ли ты с большинством возникающих трудностей самостоятельно?
59. Ожидаешь ли ты, пока другой выскажется, прежде чем начать говорить самому?
60. Бросился ли бы ты в воду, чтобы спасти утопающего, если бы умел плавать?
61. Способен ли ты к напряженной работе (учению)?
62. Можешь ли ты воздержаться от замечаний, если они неуместны?
63. Придаешь ли ты значение постоянному рабочему месту, месту за столом, на лекциях и т. п.?
64. Легко ли ты переключаешься с выполнения одной деятельности на другую?
65. Всегда ли ты тщательно взвешиваешь все последствия перед тем, как решиться на что-то важное?
66. Легко ли вы преодолеваете препятствия?
67. Легко ли тебе сдержаться, чтобы не поинтересоваться чужими делами, не заглянуть в чужие бумаги?
68. Скучно ли тебе выполнять однообразные, стереотипные действия?
69. Легко ли тебе придерживаться правил поведения в общественных местах?
70. Умеешь ли ты воздерживаться во время разговора, выступления или ответа от ненужных движений, жестикуляции?
71. Любишь ли ты оживленную обстановку вокруг себя?
72. Любишь ли ты выполнять работу, требующую больших усилий?
73. В состоянии ли ты в течение длительного времени концентрировать свое внимание на выполняемой деятельности?
74. Любишь ли ты работу (занятие), которая требует быстрых движений?
75. Владеешь ли ты собой в трудные минуты жизни?
76. Сразу ли ты встаешь после того, как проснешься?
77. Можешь ли ты, выполнив порученную тебе работу, терпеливо ждать, когда окончат работу другие?

78. Действуешь ли ты так же уверенно, как всегда, после того как увидел что-то неприятное (досадное, обидное)?

79. Быстро ли ты просматриваешь ежедневную прессу?

80. Случается ли, что ты говоришь так быстро, что тебя трудно понять?

81. Можешь ли ты нормально работать, если не выспался?

82. Можешь ли ты работать длительное время без перерыва?

83. Можешь ли ты работать, если у тебя болит голова, зубы и т. п.?

84. Можешь ли ты довести спокойно свою работу до конца, когда знаешь, что твои товарищи ждут тебя или развлекаются?

85. Быстро ли ты отвечаешь на неожиданные вопросы?

86. Быстро ли ты говоришь?

87. Можешь ли ты спокойно работать, если должны прийти гости?

88. Легко ли ты меняешь свою точку зрения под влиянием убедительных аргументов?

89. Терпелив ли ты?

90. Можешь ли ты приспособиться к темпу работы человека, который гораздо медлительнее тебя?

91. Можешь ли ты организовать свою работу так, чтобы в один и тот же период времени выполнить несколько совместимых друг с другом дел?

92. Меняется ли твое мрачное настроение в веселой компании?

93. Можешь ли ты без особого напряжения одновременно делать несколько дел?

94. Сохраняешь ли ты присутствие духа, став свидетелем несчастного случая на улице?

95. Любишь ли ты работу, выполнение которой требует большой точности движений?

96. Сохраняешь ли ты присутствие духа, если страдает близкий тебе человек?

97. Полагаешься ли ты на себя в трудных ситуациях?

98. Чувствуешь ли ты себя свободно в большой компании или среди незнакомых людей?

99. Можешь ли ты сразу же прервать разговор, если этого требует ситуация (например, начало сеанса, собрания, лекции)?

100. Легко ли ты приспосабливаешься к тому, как работают другие?

101. Любишь ли ты часто менять вид занятий?

102. Стремись ли ты взять инициативу в свои руки, если происходит что-то неожиданное?

103. Сдерживаешься ли ты от смеха в неподходящий момент?
104. Сразу ли ты полностью включаешься в работу?
105. Выступаешь ли ты против того, с чем не согласен?
106. Можешь ли ты справиться с состоянием временной депрессии?
107. Засыпаешь ли ты как обычно, если сильно утомлен умственной работой?
108. Можешь ли ты долго ждать, не раздражаясь (например, в очереди)?
109. Воздерживаешься ли ты от вмешательства, если знаешь, что оно ни к чему не приведет?
110. Можешь ли ты хладнокровно подыскивать аргументы в процессе бурного спора?
111. Сразу ли ты находишь нужное решение при неожиданном изменении ситуации?
112. Можешь ли ты не шуметь, если тебя просят об этом?
113. Без особых ли уговоров ты соглашаешься на то, чтобы подвергнуться неприятным медицинским процедурам?
114. Можешь ли ты работать с большим напряжением сил, интенсивно?
115. Охотно ли ты меняешь место отдыха, развлечений?
116. Трудно ли тебе приспособиться к новому распорядку дня?
117. Спешешь ли ты с помощью в случае неожиданных происшествий?
118. Сдерживаешься ли ты от ненужных возгласов или жестов, наблюдая спортивные соревнования, выступления в цирке и т. п.?
119. Любишь ли ты работу (занятия), где приходится разговаривать со многими людьми?
120. Контролируешь ли ты выражение своего лица (гримасы, ироническую улыбку и др.)?
121. Нравится ли тебе работа, требующая активных физических упражнений?
122. Считаешь ли ты себя человеком отважным?
123. Меняется ли у тебя голос (трудно ли тебе говорить) в необычной ситуации?
124. Умеешь ли ты справиться с желанием все бросить в случае неудачи?
125. Можешь ли ты в течение длительного времени сидеть (стоять) спокойно, если тебя просят об этом?

126. В состоянии ли ты сдерживать свой смех, если знаешь, что это может кого-то задеть?

127. Легко ли твое грустное настроение сменяется радостным?

128. Трудно ли тебя вывести из равновесия?

129. Легко ли тебе соблюдать все принятые в твоём окружении условности?

130. Любишь ли ты выступать публично?

131. Прислушаешься ли ты к работе сразу, без длительной подготовки?

132. Готов ли ты спешить на помощь, подвергая риску собственную жизнь?

133. Энергичны ли твои движения?

134. Охотно ли ты берешься за ответственную работу?

Ключ

Если ответ соответствует коду присваивается 2 балла. Если ответ не соответствует коду — 0 баллов. За ответ «не знаю» — 1 балл.

1. Сила по возбуждению:

«да» в ответах на вопросы 3, 4, 7, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 24, 32, 37, 39, 45, 46, 56, 58, 60, 61, 66, 72, 73, 78, 81, 82, 83, 94, 97, 98, 102, 105, 106, 113, 114, 117, 121, 122, 124, 130, 132, 133, 134;

«нет» в ответах на вопросы 47, 51, 107, 123.

2. Сила по торможению:

«да» в ответах на вопросы 2, 5, 8, 10, 12, 16, 27, 30, 35, 38, 42, 48, 50, 52, 53, 59, 62, 65, 67, 69, 70, 75, 77, 84, 87, 89, 90, 96, 99, 103, 108, 109, 110, 112, 118, 120, 125, 126, 129;

«нет» в ответах на вопросы 18, 34, 36, 128.

3. Подвижность:

«да» в ответах на вопросы 1, 6, 9, 11, 14, 20, 22, 26, 28, 29, 31, 33, 40, 41, 43, 44, 49, 54, 55, 64, 68, 71, 74, 76, 79, 80, 85, 86, 88, 91, 92, 93, 95, 100, 101, 104, 111, 115, 119, 127, 131;

«нет» в ответах на вопросы 25, 57, 63, 116.

Интерпретация результатов

Набранные 42 балла по определенному свойству нервной системы обозначают довольно большой уровень концентрации данного свойства.

Уравновешенность по силе (К) — отношение количества баллов по силе возбуждения к количеству баллов по силе торможения.

Чем ближе значение K к единице, тем более высокая уравновешенность у данного индивида. При $K > 1$ преобладает неуравновешенность в сторону возбуждения, при $K < 1$ — в сторону торможения.

Диагностика психодинамических свойств личности (Б. Н. Смирнов)

Назначение

Методика направлена на определение базовых психодинамических личностных свойств, обуславливающих специфику деятельностного личностно-группового стиля.

Инструкция

Вам предлагается ответить на вопросы, касающиеся вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый естественный ответ, который придет вам в голову.

Опросник

1. Вы любите часто бывать в компании?
2. Вы избегаете иметь вещи, которые ненадежны, непрочны, хотя и красивы?
3. Часто ли у вас бывают подъемы и спады настроения?
4. Во время беседы вы очень быстро говорите?
5. Вам нравится работа, требующая полного напряжения сил и способностей?
6. Бывает ли, что вы передаете слухи?
7. Считаете ли вы себя человеком очень веселым и жизнерадостным?
8. Вы очень привыкаете к определенной одежде, ее цвету и крою, так что неохотно меняете ее на что-нибудь другое?
9. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в людях, которые вас понимают, могут ободрить или утешить?
10. Вы пишете очень быстро?
11. Ищете ли вы сами себе работу, занятие, хотя можно было бы и отдохнуть?
12. Бывает ли так, что вы не выполняете своих обещаний?
13. У вас очень много хороших друзей?

14. Трудно ли вам оторваться от дела, которым вы поглощены, и переключиться на другое?

15. Часто ли вас терзает чувство вины?

16. Обычно вы ходите очень быстро, независимо от того, спешите или нет?

17. В школе вы бились над трудными задачами до тех пор, пока не решали их?

18. Бывает ли, что иногда вы соображаете хуже, чем обычно?

19. Вам легко найти общий язык с незнакомыми людьми?

20. Часто ли вы планируете, как будете себя вести при встрече, беседе и т. п.?

21. Вы вспыльчивы и легко ранимы намеками и шутками над вами?

22. Во время беседы обычно вы быстро жестикулируете?

23. Чаше всего вы просыпаетесь утром свежим и хорошо отдохнувшим?

24. Бывают ли у вас такие мысли, что вы не хотели бы, чтобы о них знали другие?

25. Вы любите подшучивать над другими?

26. Склонны ли вы к тому, чтобы основательно проверить свои мысли, прежде чем их сообщить кому-либо?

27. Часто ли вам снятся кошмары?

28. Обычно вы легко запоминаете и усваиваете новый учебный материал?

29. Вы настолько активны, что вам трудно даже несколько часов быть без дела?

30. Бывало ли, что, разозлившись, вы выходили из себя?

31. Вам нетрудно внести оживление в довольно скучную компанию?

32. Вы обычно довольно легко раздумываете, принимая какое-то даже не очень важное решение?

33. Вам говорили, что вы принимаете все слишком близко к сердцу?

34. Вам нравится играть в игры, требующие быстроты и хорошей реакции?

35. Если у вас что-то долго не получается, то обычно вы все же пытаетесь сделать это?

36. Возникало ли у вас, хотя и кратковременно, чувство раздражения, но отношению к вашим родителям?

37. Считаете ли вы себя открытым и общительным человеком?

38. Обычно вам трудно взяться за новое дело?

39. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
40. Обычно вам трудно что-то делать с медлительными и нетерпеливыми людьми?
41. В течение дня вы можете долго и продуктивно заниматься чем-либо, не чувствуя усталости?
42. У вас есть привычки, от которых следовало бы избавиться?
43. Вас принимают иногда за человека беззаботного?
44. Считаете ли вы хорошим другом того, чья симпатия к вам надежна и проверена?
45. Вас можно быстро рассердить?
46. Во время дискуссии обычно вы быстро находите подходящий ответ?
47. Вы можете заставить себя долго и продуктивно, не отвлекаясь, заниматься чем-либо?
48. Бывает, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?

Обработка и интерпретация результатов

Проверка результатов тестирования начинается с определения достоверности ответов испытуемого по показателю искренности. Для этой цели по данному показателю подсчитываются числа совпадающих ответов «да» на поставленные вопросы (подсчет производится построчно по показателю искренности в ключе к опроснику). Полученные числа умножаются на соответствующие коэффициенты (3, 2 или 1 балл). То же самое делают с ответом «нет» (в нашем случае, если ответ испытуемого на вопрос 23 совпадает с ответом «нет», то ему приписывается 1 балл). После этого подсчитывается общая сумма баллов за ответы «да» и «нет».

Если общая сумма составит 13—20 баллов, то это означает, что ответы вполне достоверны. При 8—12 баллах ответы считаются сомнительными, при 0—7 баллах — недостоверными.

Аналогично описанному выше производится подсчет общих сумм баллов по остальным показателям (свойствам темперамента) (табл. 1).

Примечание. Ригидность означает состояние, при котором наблюдается снижение приспособляемости, переключаемости психических процессов к меняющимся условиям среды.

Затем, руководствуясь таблицей 2, определяют степень выраженности каждого из психодинамических свойств.

Т а б л и ц а 1 — Ключ к диагностике психодинамических свойств личности

Свойство темперамента	Ответ «да»	Балл	Ответ «нет»	Балл
Экстраверсия	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37,	3	2	1
	4, 43	2		
Ригидность	8, 26, 32	3	37	2
	2, 14, 20, 38, 44	2	19, 46	1
Эмоциональная возбудимость	15, 21, 33, 39, 45	3	—	—
	3, 9	2		
	27	1		
Темп реакций	4, 16, 28	3	—	—
	10, 22, 34, 40, 46	2		
	17, 29, 37	1		
Активность	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47	3	38	1
	10	1		
Искренность	30, 36, 42, 48	3	23	1
	6, 12	2		
	18, 24, 25	1		

Т а б л и ц а 2 — Средние оценки и зоны выраженности свойств темперамента

Тип	Данные по тесту в баллах				
	экстраверсия	ригидность	эмоциональная возбудимость	темп реакции	активность
1	22—26 (очень высокая)	16—20 (очень высокая)	18—20 (очень высокая)	20—22 (очень быстрый)	24—26 (очень высокая)
2	17—21 (высокая)	12—15 (высокая)	14—17 (высокая)	14—19 (быстрый)	21—23 (высокая)
3	12—16 (средняя)	7—11 (средняя)	8—13 (средняя)	9—13 (средний)	14—20 (средняя)
4	7—11 (высокая интроверсия)	3—6 (высокая пластичность)	4—7 (высокая эмоциональная уравновешенность)	5—8 (медленный)	9—13 (низкая)
5	0—6 (очень высокая интроверсия)	0—2 (очень высокая пластичность)	0—3 (очень высокая эмоциональная уравновешенность)	0—4 (очень медленный)	0—8 (очень низкая)

Методика «Определение свойств темперамента» (В. М. Русалов)

Назначение

С помощью описываемой далее методики, автором которой является В. М. Русалов, можно количественно оценить следующие свойства темперамента человека: энергичность, пластичность, темп и эмоциональность. **Энергичность** — степень активности, проявляемой человеком в общении с людьми и в практической работе. **Пластичность** — легкость переключения с выполнения одного вида деятельности на выполнение другого или изменения поведения в общении с людьми. **Темп** — скорость выполнения отдельных действий, операций и движений. **Эмоциональность** — склонность человека эмоционально реагировать на различные события, связанные с его практической деятельностью и общением с людьми.

Предполагается, что свойства темперамента человека по-разному проявляются в его работе и в сфере взаимоотношений с людьми, поэтому в данной методике отдельно оценивается темперамент в деятельности и в общении по каждому из перечисленных выше его свойств.

В процессе работы над методикой на каждый из следующих ниже вопросов испытуемый должен ответить однозначно: «да» или «нет». Нейтральных ответов нет, и уход от ответа не допускается.

Опросник

1. Подвижный ли ты человек?
2. Всегда ли ты готов с ходу, не раздумывая, включиться в интересующий тебя разговор?
3. Предпочитаешь ты уединение большой компании?
4. Испытываешь ты постоянное желание чем-либо заниматься, что-либо делать?
5. Медленно ли ты говоришь?
6. Ранимый ли ты человек?
7. Часто ли тебе не спится из-за того, что ты поссорился с друзьями?
8. Всегда ли хочется тебе в свободное время чем-то заняться?
9. Часто ли в разговорах с людьми ты говоришь, не подумав, как следует?

10. Раздражает ли тебя быстрая речь собеседника?
11. Чувствовал бы ты себя несчастным человеком, если бы на-долго был лишен возможности разговаривать с людьми?
12. Опаздывал ли ты когда-нибудь на назначенную встречу или в школу?
13. Нравится ли тебе быстро бегать?
14. Сильно ли ты переживаешь плохие отметки, замечания учи-телей и родителей?
15. Легко ли тебе выполнять работу, требующую длительного внимания и сосредоточенности?
16. Трудно ли тебе быстро говорить?
17. Часто ли ты испытываешь чувство беспокойства, если не вы-полнил, как следует домашнее задание или какую-нибудь работу?
18. Часто ли твои мысли перескакивают с одной на другую во время разговора?
19. Нравятся ли тебе игры, требующие ловкости и быстроты?
20. Легко ли тебе найти новые варианты решения какой-нибудь задачи?
21. Испытываешь ли ты чувство беспокойства, если тебя непра-вильно поняли во время разговора?
22. Охотно ли ты выполняешь сложную, ответственную работу?
23. Говоришь ли ты о вещах, в которых не разбираешься?
24. Легко ли тебе одновременно говорить в быстром темпе с не-сколькими людьми?
25. Легко ли тебе одновременно делать несколько разных дел?
26. Возникают ли у тебя конфликты с друзьями из-за того, что ты им что-то говоришь, не подумав?
27. Любишь ли ты простую, привычную, не требующую усилий работу?
28. Легко ли ты расстраиваешься, когда неожиданно обнаружи-ваешь, что что-то сделал не так?
29. Любишь ли ты сидячую работу?
30. Легко ли тебе общаться с незнакомыми людьми?
31. Предпочитаешь ли ты подумать, взвесить свои слова преж-де, чем высказаться?
32. Все ли твои привычки хорошие?
33. Быстро ли двигаются твои руки, когда ты работаешь?

34. Молчишь ли ты, не торопясь вступить в контакт, в обществе незнакомых людей?

35. Легко ли ты переключаешься с одного способа решения задачи на другой?

36. Плохо ли к тебе относятся близкие люди?

37. Разговорчивый ли ты человек?

38. Легко ли тебе выполнять работу, требующую мгновенной реакции?

39. Всегда ли ты говоришь свободно, без запинок?

40. Беспокоит ли тебя то, что связано с твоей учебной или работой?

41. Обижаешься ли ты, когда люди указывают на твои личные недостатки?

42. Есть ли у тебя желание заниматься какой-нибудь ответственной работой?

43. Любишь ли ты все делать медленно и неторопливо?

44. Бывают ли у тебя мысли, которые ты хотел бы скрыть от других людей?

45. Можешь ли ты без долгих раздумий задать другому человеку щекотливый, трудный для него вопрос?

46. Доставляют ли тебе удовольствие быстрые движения?

47. Легко ли тебе придумывать новые идеи, связанные с тем, чем ты занимаешься?

48. Возникают ли у тебя беспокойство, тревога перед каким-нибудь важным, ответственным разговором?

49. Можно ли о тебе сказать, что ты быстро выполняешь то, что тебе поручается?

50. Любишь ли ты работать самостоятельно?

51. Легко ли узнать твое внутреннее состояние по выражению лица?

52. Всегда ли ты выполняешь данное тобой обещание?

53. Обижаешься ли ты на то, как окружающие обходятся с тобой?

54. Любишь ли ты одновременно заниматься только одним делом?

55. Любишь ли ты быстрые игры?

56. Любишь ли ты делать паузы в своей речи?

57. Любишь ли ты вносить оживление в компанию?

58. Чувствуешь ли ты в себе избыток сил и желание заняться каким-либо трудным делом?

59. Трудно ли тебе переключать внимание с одного дела на другое?

60. Бывает ли так, что у тебя надолго портится настроение из-за того, что неожиданно срывается какое-нибудь важное дело?

61. Часто ли тебе не спится из-за того, что дела идут не так как надо?
62. Любишь ли ты бывать в большой компании?
63. Волнуешься ли ты, выясняя отношения с друзьями?
64. Испытываешь ли ты потребность в работе, требующей полной отдачи сил?
65. Часто ли ты злишься и выходишь из себя?
66. Любишь ли ты одновременно заниматься многими делами?
67. Держишься ли ты свободно в большой компании?
68. Часто ли ты утверждаешь, нечто на основе первого впечатления, не подумав, как следует?
69. Возникает ли у тебя чувство неуверенности в процессе выполнения какого-либо дела и беспокоит ли оно тебя?
70. Медленно ли ты работаешь?
71. Легко ли ты переключаешься с одной работы на другую?
72. Быстро ли ты читаешь вслух?
73. Сплетничаешь ли ты иногда?
74. Молчалив ли ты в кругу друзей?
75. Нуждаешься ли ты в людях, которые бы тебя утешили и поддержали?
76. Охотно ли ты выполняешь одновременно много разных дел?
77. Охотно ли ты делаешь быструю работу?
78. Тянет ли тебя пообщаться с людьми в свободное время?
79. Часто ли у тебя бывает бессонница, если что-то не ладится в работе?
80. Дрожат ли у тебя руки во время ссоры?
81. Долго ли ты мысленно готовишься прежде, чем высказать свое мнение?
82. Есть ли среди твоих знакомых люди, которые тебе явно не нравятся?
83. Предпочитаешь ли ты заниматься легкой работой?
84. Легко ли тебя обидеть?
85. Начинаешь ли ты обычно первым разговор в компании?
86. Испытываешь ли ты желание больше быть среди людей?
87. Склонен ли сначала подумать, а потом говорить?
88. Часто ли ты волнуешься по поводу своей учебы или работы?
89. Всегда ли ты платил за провоз багажа, если бы не боялся проверки на транспорте?
90. Держишься ли ты обособленно в компании и на вечеринках?
91. Склонен ли ты преувеличивать неудачи, которые у тебя случаются в работе?

92. Нравится ли тебе быстро говорить?
93. Легко ли тебе удержаться от высказывания вслух неожиданно возникшей мысли?
94. Предпочитаешь ли ты работать медленно?
95. Переживаешь ли ты из-за неполадок в работе?
96. Нравится ли тебе говорить с людьми спокойно и медленно?
97. Часто ли ты волнуешься из-за ошибок?
98. Способен ли ты хорошо выполнять долгую, трудоемкую работу?
99. Можешь ли ты, не раздумывая, обратиться с просьбой личного характера к незнакомому человеку?
100. Часто ли ты чувствуешь себя неуверенно при общении с людьми?
101. Легко ли ты берешься за выполнение новой, незнакомой тебе работы?
102. Устаешь ли ты, когда тебе приходится долго говорить?
103. Нравится ли тебе работать неторопливо, без особого напряжения?
104. Нравится ли тебе разнообразная работа, постоянно требующая сосредоточения и переключения внимания с одного дела на другое?
105. Любишь ли ты подолгу бывать наедине с собой?

Ключ

Ниже для каждого свойства темперамента, оцениваемого при помощи описанной методики, указаны соответствующие ему номера вопросов и варианты ответов на них. Если ответ, выбранный испытуемым, совпадает с ключевым, то по данному свойству темперамента он получает 1 балл. Степень развития каждого свойства темперамента оценивается по количеству баллов, которое оно получило.

1. Энергичность в работе:

«да» в ответах на вопросы 4, 8, 15, 22, 42, 50, 58, 64, 98;

«нет» в ответах на вопросы 27, 83, 103.

2. Энергичность в общении с людьми:

«да» в ответах на вопросы 11, 30, 57, 62, 67, 78, 86;

«нет» в ответах на вопросы 3, 34, 74, 90, 105.

3. Пластичность в работе:

«да» в ответах на вопросы 20, 25, 35, 38, 47, 66, 71, 101;

«нет» в ответах на вопросы 54, 59.

4. Пластичность в общении с людьми:

«да» в ответах на вопросы 2, 9, 18, 26, 45, 68, 85, 99;

«нет» в ответах на вопросы 31, 81, 87, 93.

5. Темп в работе:

«да» в ответах на вопросы 1, 13, 19, 33, 46, 49, 55, 57;

«нет» в ответах на вопросы 29, 43, 70, 94.

6. Темп в общении с людьми:

«да» в ответах на вопросы 24, 37, 39, 51, 72, 92;

«нет» в ответах на вопросы 5, 10, 18, 56, 96, 102.

7. Эмоциональность в работе:

«да» в ответах на вопросы 14, 17, 28, 40, 60, 61, 69, 79, 88, 91, 95, 97.

8. Эмоциональность в общении с людьми:

«да» в ответах на вопросы 6, 7, 21, 36, 41, 48, 53, 63, 75, 80, 84, 100.

9. Контрольные вопросы:

«да» в ответах на вопросы 32, 52, 89;

«нет» в ответах на вопросы 12, 23, 44, 65, 73, 82.

Вначале по ответам на контрольные вопросы устанавливается, насколько искренне испытуемый ответил на предложенные ему вопросы. Если ответы на контрольные вопросы более, чем в трех случаях, совпадают с ключевыми, то это значит, что в ответах на основные вопросы испытуемый старался приукрасить себя, представить в более выгодном свете, т. е. был недостаточно искренним. В таком случае его ответам на основные вопросы доверять нельзя и получить достоверную информацию о нем на основании заполненного опросника невозможно.

Если в ответы испытуемого на ключевые вопросы обнаруживается не более трех совпадений с теми, которые даны выше, то его ответам на основные вопросы доверять можно.

Обработка и интерпретация результатов

Считается, что то или иное свойство темперамента сильно развито у испытуемого, если он получил по нему *9 и более баллов*; слабо развито — если по нему получено *4 и менее баллов*. При суммарном количестве баллов *от 5 до 8* данное свойство темперамента считается среднеразвитым.

Вывод о доминирующем типе темперамента человека делается на основе сравнения показателей, полученных по разным свойствам темперамента, с данными ниже типичными сочетаниями этих свойств, соответствующими разным типам темперамента.

Сангвиник — средне развитые показатели по всем свойствам.

Холерик — высокие показатели по энергичности, темпу и эмоциональности при средних или высоких показателях по пластичности.

Флегматик — низкие показатели по всем свойствам темперамента.

Меланхолик — низкие показатели по энергичности, пластичности, темпу при средних или высоких показателях по эмоциональности.

К чистому типу сангвиника, холерика, флегматика или меланхолика человек относится только при полном совпадении степени развитости его показателей с теми, которые связаны с описанными типами. Во всех остальных случаях считается, что у человека имеется так называемый смешанный тип темперамента.

Отдельно для каждого испытуемого устанавливаются два типа его темперамента: один, который проявляется в работе, и другой, который проявляется в общении с людьми.

Тест «Темперамент и социотипы» (Г. Хейманс)

Инструкция

Вопрос состоит из двух или трех альтернатив, рядом с которыми указано число, соответствующее каждому варианту ответа. Может случиться, что, имея два варианта ответа, вы не сможете отдать предпочтение ни одному из них — в этом случае укажите промежуточное число, но не злоупотребляйте этим, а лучше подольше подумайте над вопросом.

Опросник

I

1. Принимаете ли вы близко к сердцу мелочи, о которых знаете, что они не имеют большого значения, случается ли сильно волноваться из-за пустяков? (9) *или* Вас волнуют только серьезные события? (1)

2. Насколько активно вы проводите ваше свободное время? Вы учитесь в вечернее время, занимаетесь общественной деятельностью, изготавливаете различные поделки, работаете с книгами — вообще любите любую работу, которую никто не заставляет делать? (9) *или* Пользуетесь свободным временем, чтобы доставить себе удовольствие, ни в чем себе не отказываете? (5) *или* Подолгу ничего не делаете, мечтаете, а то и просто развлекаетесь (смотрите телевизор, слушаете радио и т. д.)? (1)

3. Часто ли вами руководит идея отдаленного будущего — копить деньги, собирать материалы для производительной работы, думаете ли об отдаленных последствиях ваших поступков? (9) *или* Вас интересует главным образом скорый, непосредственный результат? (1)

II

1. Вы легко возмущаетесь или воодушевляетесь? (9) *или* Спокойно принимаете вещи такими, какие они есть? (1)

2. Нужно ли вам делать большое тягостное усилие, чтобы перейти от идеи к действию? (1) *или* Вы немедленно и без затруднений осуществляете то, что задумали? (9)

3. Тщательно ли вы готовитесь к делу, рассматриваете различные варианты (предвидите несчастные случаи, неудачи, изучаете маршруты, осуществляете внимательную экипировку)? (9) *или* Полагаетесь на вдохновение момента? (1)

III

1. Обидчивы ли вы, может ли вас глубоко задеть критика, насмешливое замечание? (9) *или* Критика и замечания вас не интересуют? (1)

2. Легко ли вас обескураживают трудности или задачи, которые оказались слишком утомительными? (1) *или* Трудности стимулируют вас к деятельности и возбуждают идеи, если для их осуществления нужно приложить усилия? (9)

3. Есть ли у вас строгие принципы, которыми вы стараетесь руководствоваться? (9) *или* Предпочитаете гибко приспосабливаться к обстоятельствам? (1)

IV

1. Легко ли вас может взволновать неожиданное событие? Вздрагиваете, когда вас внезапно окликают? Легко ли вы краснеете? (9) *или* Вас трудно взволновать, вывести из себя, из равновесия? (1)

2. Любите ли вы мечтать о прошлом, будущем или о чем-то совершенно воображаемом? (1) *или* Предпочитаете действовать или, по крайней мере, составлять точные планы, которые реально подготавливают будущее? (9)

3. Постоянны ли вы в ваших замыслах, всегда ли заканчиваете то, что начали? (9) *или* Часто бросаете задачу, не закончив ее? (1)

V

1. Горячитесь ли вы, когда говорите? Повышаете ли голос во время беседы, испытываете ли потребность к очень выразительным словам? (9) *или* Говорите не спеша, спокойно, уравновешенно? (1)

2. Делаете ли вы то, что необходимо сделать тотчас, без всяких затруднений (написать письмо, уладить дело)? (9) *или* Вы склонны откладывать дела «на потом»? (1)

3. Постоянны ли вы в своих симпатиях (продолжаете знакомства детства, регулярно посещаете одних и тех же людей, группы)? (9) *или* Часто меняете друзей и приятелей, перестаете без особых причин навещать людей, которых посещали раньше? (1)

VI

1. Приводит ли вас в уныние новая задача или изменение, которое в перспективе должно произойти с вами? (9) *или* Вы подходите к этой ситуации со спокойствием? (1)

2. Принимаете ли вы решение немедленно, даже в трудных случаях? (9) *или* Вы нерешительны и долго колеблетесь? (1)

3. После приступа гнева (а если никогда не гневаетесь, то после того как подверглись вызывающему отношению) сразу ли вы примиряетесь и больше об этом не думаете? (1) *или* Некоторое время остаетесь в плохом настроении? (5) *или* С трудным примиряетесь? (9)

VII

1. Бывает ли так, что вы переходите от возбужденного состояния к удрученному, от радости к грусти и, наоборот, из-за пустяков или даже без видимых причин? (9) *или* У вас обычно ровное настроение? (1)

2. Подвижны ли вы, непоседливы, жестикулируете при разговоре, ходите взад-вперед даже при отсутствии сильных эмоций? (9) *или* Вас не тревожат эмоции, и вы чаще неподвижны? (1)

3. Есть ли у вас строгие привычки, которыми вы сильно дорожите, может быть, вы привязаны к регулярному повторению некоторых своих поступков? (9) *или* Вам внушает отвращение все, что «обычно» и предвидимо заранее; сюрприз является для вас существенным удовольствием? (1)

VIII

1. Часто ли ваш ум осаждают сомнения по поводу поступков, не имеющих значения? Часто ли вы сохраняете в голове совершенно бесполезную мысль, которая не дает вам покоя? (9) *или* Такое тягостное состояние бывает лишь в исключительных случаях? (1)

2. Верно ли, что вы без колебаний производите изменение, даже если знаете, что оно требует от вас больших усилий? (9) *или* Отступаете перед работой, которую для этого надо сделать, и предпочитаете довольствоваться существующим положением вещей? (1)

3. Любите ли вы порядок, симметрию, регулярность? (9) *или* Порядок кажется вам скучным, вы испытываете потребность всюду находить разнообразие и проявлять фантазию? (1)

IX

1. Случается ли вам быть взволнованным до такой степени, что это мешает сделать то, что необходимо? (9) *или* Никогда не случается? (1)

2. Заинтересованы ли вы в выполнении поручения, которое вы даете вашему сотруднику? Отдав распоряжение, вы чувствуете, что уже избавились от заботы? (1) *или* Вы следите за его исполнением, проверяя, все ли делается так, как надо, и делается ли к нужному сроку? (9)

3. Способны ли вы правильно распределить свои силы, любите ли составлять планы, расписания, программы действия? (9) *или* Начинаете действовать без заранее установленного плана? (1)

X

1. Часто ли вы чувствуете себя несчастным? (9) *или* Обычно довольны судьбой, и даже, если дела идут не так, как хочется, думаете больше о необходимых действиях, чем о чувствах? (1)

2. Что вам больше нравится: смотреть за действиями других, например, наблюдать игру, в которую сами не играете? (1) *или* Предпочитаете действовать, а не смотреть, поскольку простое созерцание наскучивает? (9)

3. Когда вы составили какое-то мнение, упорно ли вы за него держитесь? (9) *или* Вас легко переубедить и соблазнить новой идеей? (1)

Обработка и интерпретация результатов

На рисунке 3 приводится образец бланка ответов к данному тесту.

Необходимо просуммировать баллы по горизонтали и записать сумму в столбце XI. Если сумма баллов *больше 54*, поставьте в столбце XII знак «+», если сумма баллов *меньше 46*, то знак «-».

В первой строке «Э» — эмоциональность; во второй строке «А» — активность (физическая, волевая, практическая); в третьей строке «В» — вторичность; т. е. те, у кого В+, склонны постоянно соотносить свои теперешние действия с прошлым опытом, постоянны в своих симпатиях, доводят до конца свои замыслы, «аккумулируют» настроение и долго не могут разрядиться. «Первичные» (или В-) действуют адекватно ситуации, не очень оглядываясь на свой прошлый опыт. Они живут в настоящем — здесь и теперь. Интуиты скорее определяют себя по этой характеристике как В+, а сенсорики — как В-. Характеристики эмоциональности, активности, вторичности являются врожденными (табл. 3).

Страстный человек очень эмоционален (Э+) и активен (А+), но вторичность (В+) не дает ему «выйти из берегов», направляет его активность в одну сторону, не дает разбрасываться.

Вариант ответа	Номер опросника											
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
1												Э
2												А
3												В

Рисунок 3 — Образец бланка ответов

Т а б л и ц а 3 — Сочетание составляющих темпераментов

Эмоциональность (Э)	Активность (А)	Вторичность (В)	Тип темперамента
+	+	+	Страстный
+	+	-	Холерик
+	-	+	Сентиментальный меланхолик
-	+	+	Флегматик
+	-	-	Нервный
-	+	-	Сангвиник
-	-	+	Апатик
-	-	-	Аморфик

Холерик не очень-то беспокоится о последствиях своих поступков (В-), поэтому отличается решительностью, оптимистичностью (А+). Часто бывают сердечными людьми (Э+), но не всегда обладают чувством меры.

Сентиментальный меланхолик — чувствителен, мечтателен (Э+). Вторичность (В+) приводит их к осторожности, к стремлению предвидеть далекие последствия поступков. Но низкая активность (А-), неумение мобилизоваться в трудной ситуации делает их робкими и пугливыми.

Флегматик — психически устойчивый тип: он активен (А+), хорошо рассчитывает наперед свои действия (В+), инициативен, но при этом не склонен тратить время на ненужные, с его точки зрения, переживания (Э-); убедить флегматика можно только доводами.

Нервный — по малейшему поводу переживает (Э+), но ничего не предпринимает, чтобы преодолеть трудную ситуацию (А-), которую ему не всегда удастся спрогнозировать из-за (В-).

Сангвиник — хорошо адаптирован, спокоен (Э-), к конфликтам относится скорее как к игре, стремясь их преодолеть (А+). Первичность (В-) делает его открытым для решения любых проблем.

Апатик — способен выполнять повседневную работу, требующую определенного порядка.

Аморфик — готов любую работу отложить на завтра. В его поступках нет элементарной пунктуальности. Этик (Э+) выражает отношение к событиям, принимает решение в соответствии с чувствами, учитывая, как это решение повлияет на других, на межличностные отношения. Логик (Э-) стремится понять, объяснить существенные черты, закономерности событий, самой жизни.

Если сумма баллов по какой-либо характеристике находится в интервале 46–54, то тип темперамента находится в промежутке между соответствующими типами темперамента. Если Э = 72 (Э+), В = 84 (В+), А = 52 (А-), то ваш тип является промежуточным между страстным и меланхоличным.

2 ДИАГНОСТИКА АКЦЕНТУАЦИЙ ХАРАКТЕРА

Характер — совокупность устойчивых, типичных для данного человека и проявляющихся в типичных обстоятельствах отношений.

По мнению В. Н. Мясищева, **личность** — система отношений к внешнему миру и к самому себе, которая формируется под воздей-

ствием отражения сознанием человека окружающей действительности, являясь одной из форм этого отражения. Однако не все отношения личности входят в структуру характера.

По В. Н. Мясищеву, **характер** включает в себя наиболее устойчивые отношения, которые проявляются в привычных для личности способах поведения. Характер или черты характера обнаруживаются в типичных условиях, обстоятельствах.

Согласно К. К. Платонову, **характер** — та часть структуры личности, в которую входят только достаточно выраженные черты, связанные друг с другом как целое, чтобы постоянно проявляться в различных видах деятельности.

Характер связан с темпераментом, который проявляется как внешняя форма выражения характера.

Черта характера — 1) элемент характера, который является сложной подсистемой; 2) конкретное отношение в конкретных ситуациях.

Структура характера — индивидуальное, своеобразное сочетание черт. Существуют доминирующие черты характера, которые наиболее четко выражены, часто проявляются, осознаются, поддерживаются позитивными эмоциями.

Попытки построения типологии характеров неоднократно предпринимались на протяжении всей истории психологии. Установление типов характера и «опознание» этого типа по его проявлениям в каждом конкретном случае делает возможным целостное индивидуально-психологическое понимание и прогнозирование поведения человека в определенном кругу ситуаций. На сегодняшний день в психологии активно используются типологии, которые возникли на стыке психологии и психиатрии (П. Б. Ганнушкин, К. Леонгард, А. Е. Личко). Критерием различия в этих типологиях является степень выраженности черт характера. Исходя из того, что вариативность черт характера проявляется не только в их качественном многообразии, но и в количественной выраженности, можно выделить две группы: нормальная выраженность и очень яркая выраженность (патологические характеры). Когда количественная выраженность той или иной черты характера достигает предельных величин, оказывается на границе нормы, мы наблюдаем акцентуацию характера. Впервые акцентуированные черты личности описал К. Леонгард, который под **акцентуациями характера** понимал крайние варианты его норм, при которых отдельные черты чрезмерно усилены, отчего обнаруживается избирательная уяз-

вимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим. К. Леонгард выделяет следующие типы акцентуаций личности: застревающий, возбудимый, демонстративный, педантичный, гипертимный, дистимный, циклотимный, экзальтированный, тревожный, эмотивный.

Исследователь А. Е. Личко считает, что правильнее говорить не об «акцентуированных личностях», а об «акцентуациях характера» и применительно к подростковому возрасту выделяет 11 акцентуаций характера: гипертимный, циклоидный, лабильный, астеноневротический, сенситивный, психастенический, шизоидный, эпилептоидный, истероидный, неустойчивый, конформный.

Для выявления акцентуации черт характера применяют следующие методики:

- опросник Х. Шмишека «Диагностика типов акцентуации черт характера и темперамента по К. Леонгарду»;
- патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) А. Е. Личко и др.

Опросник Х. Шмишека

Назначение

Опросник предназначен для диагностики типа акцентуации личности.

Инструкция

Вам предлагается ответить на 88 вопросов, касающихся различных сторон вашей личности. Рядом с номером вопроса поставьте знак «+» (если согласны) или «-» (если не согласны). Отвечайте быстро, долго не задумывайтесь.

Опросник

1. Является ли ваше настроение в общем веселым и беззаботным?
2. Восприимчивы ли вы к обидам?
3. Случалось ли вам иногда быстро заплакать?
4. Всегда ли вы считаете себя правым в том деле, которое делаете?
5. Считаете ли вы себя более смелым, чем в детском возрасте?
6. Может ли ваше настроение меняться от глубокой радости до глубокой печали?

7. Находитесь ли вы в компании в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без достаточных оснований находитесь в угрюмом и раздражительном настроении и ни с кем не хотите разговаривать?
9. Серьезный ли вы человек?
10. Можете ли вы сильно воодушевиться?
11. Предприимчивы ли вы?
12. Быстро ли вы забываете обиду?
13. Мягкосердечный ли вы человек?
14. Пытаетесь ли вы проверить после того, как опустили письмо в почтовый ящик, не осталось ли оно висеть в прорези?
15. Всегда ли вы стараетесь быть добросовестным в работе?
16. Испытывали ли вы в детстве страх перед грозой или собаками?
17. Считаете ли вы других людей недостаточно требовательными друг к другу?
18. Сильно ли зависит ваше настроение от жизненных событий и переживаний?
19. Всегда ли вы прямодушны со своими знакомыми?
20. Часто ли ваше настроение бывает подавленным?
21. Был ли у вас раньше истерический припадок или истощение нервной системы?
22. Склонны ли вы к состояниям сильного внутреннего беспокойства или страстного стремления?
23. Трудно ли вам длительное время просидеть на стуле?
24. Боретесь ли вы за свои интересы, если кто-то поступает с вами несправедливо?
25. Смогли бы вы убить человека?
26. Раздражает ли вас, когда занавес или скатерть висят неровно?
27. Испытывали ли вы в детстве страх, когда оставались одни в квартире?
28. Часто ли у вас без причины меняется настроение?
29. Всегда ли вы старательно относитесь к своей деятельности?
30. Быстро ли вы можете разгневаться?
31. Можете ли вы быть бесшабашно веселым?
32. Можете ли вы иногда целиком проникнуться чувством радости?
33. Можете ли вы проводить увеселительные мероприятия?
34. Высказываете ли вы обычно людям свое откровенное мнение по тому или иному вопросу?

35. Влияет ли на вас вид крови?
36. Охотно ли вы занимаетесь деятельностью, связанной с большой ответственностью?
37. Склонны ли вы вступиться за человека, с которым поступили несправедливо?
38. Трудно ли вам входить в темный подвал?
39. Выполняете ли вы кропотливую черную работу так же медленно и тщательно, как и любимое вами дело?
40. Являетесь ли вы общительным человеком?
41. Охотно ли вы декламировали в школе стихи?
42. Убегали ли вы ребенком из дома?
43. Тяжело ли вы воспринимаете жизнь?
44. Бывали ли у вас конфликты и неприятности, которые так изматывали вам нервы, что вы не выходили на работу?
45. Можно ли сказать, что вы при неудачах не теряете чувство юмора?
46. Сделаете ли вы первым шаг к примирению, если вас кто-то оскорбит?
47. Любите ли вы животных?
48. Уйдете ли вы с работы или из дому, если у вас там что-то не в порядке?
49. Мучают ли вас неопределенные мысли, что с вами или вашими родственниками случится какое-нибудь несчастье?
50. Считаете ли вы, что настроение зависит от погоды?
51. Затруднит ли вас выступить на сцене перед большим количеством зрителей?
52. Можете ли вы выйти из себя и дать волю рукам, если вас кто-то умышленно грубо рассердит?
53. Много ли вы общаетесь?
54. Если вы будете чем-либо разочарованы, придете ли в отчаяние?
55. Нравится ли вам работа организаторского характера?
56. Упорно ли вы стремитесь к своей цели, даже если на пути встречается много препятствий?
57. Может ли вас так захватить кинофильм, что слезы выступят на глазах?
58. Трудно ли вам будет заснуть, если вы целый день размышляли над своим будущим или какой-нибудь проблемой?
59. Приходилось ли вам в школьные годы пользоваться подсказками или списывать у товарищей домашнее задание?

60. Трудно ли вам пойти на кладбище?
61. Следите ли вы с большим вниманием, чтобы каждая вещь в доме лежала на своем месте?
62. Приходилось ли вам лечь спать в хорошем настроении, а проснуться в удрученном и несколько часов оставаться в нем?
63. Можете ли вы с легкостью приспособиться к новой ситуации?
64. Есть ли у вас предрасположенность к головной боли?
65. Часто ли вы смеетесь?
66. Можете ли вы быть приветливым с людьми, не открывая своего истинного отношения к ним?
67. Можно ли вас назвать оживленным и бойким человеком?
68. Сильно ли вы страдаете из-за несправедливости?
69. Можно ли вас назвать страстным любителем природы?
70. Есть ли у вас привычка проверять перед сном или перед тем, как уйти, выключен ли газ и свет, закрыта ли дверь?
71. Пугливы ли вы?
72. Бывает ли, что вы чувствуете себя на седьмом небе, хотя объективных причин для этого нет?
73. Охотно ли вы участвовали в юности в кружках художественной самодеятельности, в театральном кружке?
74. Тянет ли вас иногда смотреть вдаль?
75. Смотрите ли вы на будущее пессимистически?
76. Может ли ваше настроение измениться от высочайшей радости до глубокой тоски за короткий период времени?
77. Легко ли поднимается ваше настроение в дружеской компании?
78. Переносите ли вы злость длительное время?
79. Сильно ли вы переживаете, если горе случилось у другого человека?
80. Была ли у вас в школе привычка переписывать лист в тетради, если вы поставили на него кляксу?
81. Можно ли сказать, что вы больше недоверчивы и осторожны, нежели доверчивы?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Возникла ли у вас мысль против воли броситься из окна или под приближающийся поезд?
84. Становитесь ли вы радостным в веселом окружении?
85. Легко ли вы можете отвлечься от обременительных вопросов и не думать о них?

86. Трудно ли вам сдерживать себя, если вы разозлитесь?
87. Вы обычно предпочитаете быть молчаливым, немногословным?
88. Могли бы вы, если пришлось участвовать в театральном представлении, с полным проникновением и перевоплощением войти в роль и забыть о себе?

Ключ

При совпадении ответа на вопрос с ключом ответу присваивается один балл.

1. Демонстративность (демонстративный тип):

«плюс»: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88;

«минус»: 51.

Сумму ответов умножить на 2.

2. Застревание (застревающий тип):

«плюс»: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81;

«минус»: 12, 46, 59.

Сумму ответов умножить на 2.

3. Педантичность (педантичный тип):

«плюс»: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83;

«минус»: 36.

Сумму ответов умножить на 2.

4. Возбудимость (возбудимый тип):

«плюс»: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.

Сумму ответов умножить на 3.

5. Гипертимность (гипертимный тип):

«плюс»: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.

Сумму ответов умножить на 3.

6. Дистимность (дистимический тип):

«плюс»: 9, 21, 43, 75, 87.

Сумму ответов умножить на 3.

7. Тревожность (тревожно-боязливый тип):

«плюс»: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82;

«минус»: 5.

Сумму ответов умножить на 3.

8. Экзальтированность (аффективно-экзальтированный тип):

«плюс»: 10, 32, 54, 76.

Сумму ответов умножить на 6.

9. Эмотивность (эмотивный тип):

«плюс»: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79;

«минус»: 25.

Сумму ответов умножить на 3.

10. Циклотимность (циклотимный тип):

«плюс»: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84;

Сумму ответов умножить на 3.

Максимальная сумма баллов после умножения — 24. По некоторым источникам, признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Другие же на основании практического применения опросника считают, что сумма баллов в диапазоне от 15 до 19 говорит лишь о тенденции к тому или иному типу акцентуации. И лишь в случае превышения 19 баллов черта характера является акцентуированной. Полученные данные могут быть представлены в виде «профиля личностной акцентуации» (рис. 4).

Интерпретация результатов

Результаты многих людей по этому тесту не выходят за пределы средних показателей. Если ваш результат не превышает 19 баллов, речь должна идти не о наличии акцентуации личности, а лишь об определенных особенностях вашего темперамента и характера. Поэтому описание той или иной акцентуации не должно восприниматься вами однозначно как характеристика вашей личности.

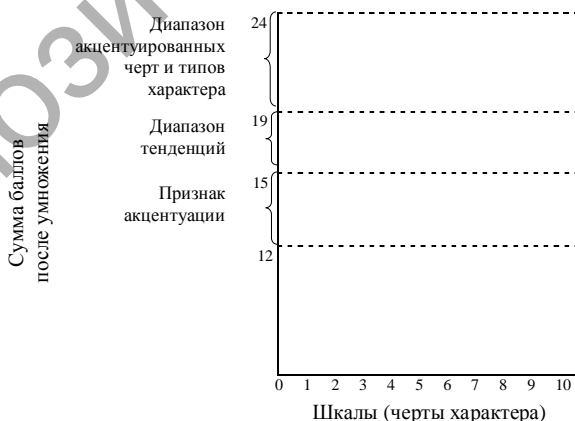


Рисунок 4 — Профиль личностной акцентуации

Учтите, в психологии нет хороших или плохих качеств личности. Есть только индивидуальные особенности, которые отличают вас от любого другого или любого другого от вас. И от того, насколько вы сможете смириться с ними, принять их и с выгодой для себя и без ущерба для других их использовать, зависит состояние вашей души, ваше самочувствие, настроение, а то и жизнь в целом.

Выделенные К. Леонгардом десять типов акцентуированных личностей разделены на две группы: акцентуации характера (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый) и акцентуации темперамента (гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективный, эмотивный).

Ниже приведены краткие описания типов акцентуации характеров.

Демонстративный тип. Характеризуется повышенной способностью к вытеснению, демонстративностью поведения, живостью, подвижностью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на приукрашивание своей персоны, к авантюризму, артистизму, позерству. Им движет стремление к лидерству, потребность в признании, жажда постоянного внимания к своей персоне, жажда власти, похвалы; перспектива быть незамеченным отягощает его. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям, эмоциональную лабильность (легкую смену настроений) при отсутствии действительно глубоких чувств, склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Отмечается беспредельный эгоцентризм, жажда восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в его присутствии вызывает у него особо неприятные ощущения, он этого не выносит. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка сильно далека от объективности. Может раздражать своей самоуверенностью и высокими притязаниями, сам систематически провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Обладая патологической способностью к вытеснению, он может полностью забыть то, о чем он не желает знать. Это расковывает его во лжи. Обычно лжет с невинным лицом, поскольку то, о чем он говорит, в данный момент для него является правдой; по-видимому, внутренне он не осознает свою ложь или же осознает очень неглубоко, без замет-

ных угрызений совести. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков.

Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудство, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен легко отходить от обид. Для него характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, и проявляет большое упорство в достижении своих целей. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике.

Педантичный тип. Характеризуется ригидностью, инертностью психических процессов, тяжестью на подъем, долгим переживанием травмирующих событий. В конфликты вступает редко, являясь скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку, скрупулезен, добросовестен, склонен жестко следовать плану, в выполнении действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность, склонен к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы, брюзжанию, формализму. С охотой уступает лидерство другим людям.

Возбудимый тип. Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Ему характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место

работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тягеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Равнодушен к будущему, целиком живет настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

Гипертимный тип. Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношении с другими. Часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Они почти всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус, нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к честоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, веселые, легкомысленные, поверхностные и вместе с тем деловитые, изобретательные, блестящие собеседники; люди, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Им характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. Склонны к аморальным поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству. Испытывают недостаточно серьезное отношение к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

Дистимический тип. Люди этого типа отличаются серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторо-

нах жизни. Они добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиниться, располагают обостренным чувством справедливости, а также замедленностью мышления.

Тревожный тип. Людям данного типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Они сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. Охотно подчиняются опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у них угрызения совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У них рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные и этические требования. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, где они могут в большей мере раскрыть свои способности.

Свойственные им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешают сблизиться с теми, с кем хочется, особо слабым звеном является реакция на отношение к ним окружающих. Непереносимость насмешек, подозрения сопровождаются неумением постоять за себя, отстаять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях они ищут поддержки и опоры. Они обладают дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащитности нередко служат козлами отпущения, мишенями для шуток.

Экзальтированный тип. Яркая черта этого типа — способность восторгаться, восхищаться, а также улыбчивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние — от печальных. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Они привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, по-

рывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики.

Эмотивный тип. Этот тип родствен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Для них характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженная их черта — гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, они радуются чужим успехам. Впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие люди. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому-либо угрожает опасность, сцена насилия может вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не выплескивая их наружу. Им свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными.

Циклотимный тип. Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Им свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии (жажду деятельности, повышенную говорливость, скачку идей), печальные — подавленность, замедленность реакций и мышления, так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми.

В подростковом возрасте можно обнаружить два варианта циклотимической акцентуации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды в детстве обычно производят впечатление гипертимных, но затем проявляется вялость, упадок сил, то, что раньше давалось легко, теперь требует непомерных усилий. Прежде шумные и бойкие, они становятся вялыми домоседами, наблюдается падение аппетита, бессонница или, наоборот, сонливость. На замечания не реагируют, однако, впадая при этом в уныние, глубокую депрессию, не исключены суицидальные попытки. Учатся неровно, случившиеся упущения наверстывают с трудом, порождают в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. Плохие дни больше насыщенными дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку.

Методика «Акцентуации характера» (Е. Личко)

Назначение

С помощью данной методики определяются акцентуации характера человека и по ним устанавливаются те типы акцентуаций характера, которые доминируют у данного человека. Ниже приведены краткие описания типов акцентуированных характеров, определяемых при помощи данной методики.

Гипертимный тип. Отличается почти всегда хорошим, слегка повышенным настроением. Имеет высокий тонус, энергичен, активен. Проявляет стремление быть лидером. Общителен и неустойчив по интересам, недостаточно разборчив в знакомствах. Плохо переносит одиночество. Легко адаптируется в незнакомой обстановке. Не любит однообразие, дисциплину, вынужденное безделье, монотонную работу. Оптимистичен и несколько переоценивает свои возможности. Нередко бурно реагирует на события, раздражителен.

Циклоидный тип. Часто меняет настроение, падает работоспособность, утрачивается интерес к работе и к окружающим людям, причем это происходит периодически. Тяжело переживает неудачи, часто думает о собственных недостатках, ненужности, испытывает чувство одиночества. Периоды депрессии время от времени перемежаются активностью, свойственной гипертимному типу. Самооценка нередко бывает неточной.

Лабильный тип. Характеризуется крайней, непредсказуемой изменчивостью настроения. Сон, аппетит, работоспособность и общительность зависят от настроения. Испытывает глубокое чувство личной привязанности к тем людям, которые к нему относятся с симпатией и любовью. Высоко чувствителен к отношениям людей. Избегает лидерства. Имеет адекватную самооценку.

Астеноневротический тип. Характеризуется повышенной утомляемостью, раздражительностью, склонностью к ипохондрии — преувеличенному вниманию к состоянию своего здоровья. Тревожно мнителен. Боится ситуаций соревнования и экзаменационных испытаний. Имеются частые аффективные вспышки в состоянии утомления.

Сенситивный тип. Характеризуется повышенной впечатлительностью и обостренным чувством собственной неполноценности, особенно в самооценках качеств морального и волевого харак-

тера. Замкнутость, робость и застенчивость — типичные черты, проявляемые в незнакомой обстановке и среди незнакомых людей. Открытость, общительность и откровенность появляются только в кругу достаточно близких людей.

Психастенический тип. Нерешителен, склонен к пространным рассуждениям, испытывает повышенную боязнь за будущее и судьбу своих близких и себя самого. Склонен к углубленному самоанализу и появлению навязчивых состояний (мыслей, переживаний и т. п.). Неспособен отвечать за себя, за свои поступки.

Шизоидный тип. Характеризуется замкнутостью и неумением понимать состояния других людей. Испытывает трудности в установлении нормальных отношений с людьми. Частый уход в себя, в свой замкнутый, недоступный окружающим людям внутренний мир, в сферу фантазий и грез. Имеет сильные, устойчивые увлечения чем-либо.

Эпилептоидный тип. Склонен впадать в злобно-тоскливое состояние с постепенным возрастанием раздражения и поиском объекта, на котором можно было бы разрядиться. Имеет аффективно-взрывной характер. Повышенно ревнив, агрессивен, проявляет стремление к лидерству со строгой дисциплиной и наказаниями подчиненных. Инертен в мышлении, педантично аккуратен, чрезмерно исполнительен, беспрекословно подчиняется приказам.

Истероидный тип. Проявляет повышенную любовь к самому себе, жажду внимания со стороны, потребность в почитании, восхищении, сочувствии со стороны окружающих людей. Склонен к приукрашиванию своей особы, стремится показать себя в лучшем свете. Отсутствуют глубокие чувства, имеется театральность в поведении, тенденция к позерству. Неспособен к упорному труду и высоким достижениям, но обладает неумеренно высокими притязаниями на успех. Склонен к выдумкам и пустому фантазированию. Претендует на исключительное положение среди сверстников. Непостоянен и ненадежен в человеческих отношениях.

Неустойчивый тип. Обнаруживает повышенное нежелание добросовестно трудиться. Склонен к развлечениям, получению удовольствий, праздности. Не желает подчиняться другим и находиться под контролем. Безволен, склонен к подчинению сильным лидерам. Равнодушен к будущему, живет интересами настоящего дня. Избегает трудностей. Имеет неадекватную самооценку.

Конформный тип. Чрезмерно податлив внешним воздействиям. Характеризуется повышенным стремлением быть как все и тем самым, с одной стороны, избегать ненужных проблем, а с другой стороны, извлекать для себя выгоду из сложившейся обстановки. Некритичен к своему поведению и некритично принимает то, что говорят окружающие люди. Консервативен, не любит новое, испытывает неприязнь к «чужакам».

Кроме описанных типов, в реальной жизни нередко встречаются смешанные, соединяющие в себе разные акцентуации характеров.

Методика состоит из множества суждений, объединенных в 25 подшкал. В ходе проведения исследования при помощи данной методики испытуемые получают соответствующие 25 списков суждений. Из каждого из них они должны выбрать три суждения, которые к ним относятся в наибольшей степени, и три суждения, которые относятся в наименьшей степени. По характеру выборов судят о том типе акцентуированного характера, к которому относится испытуемый.

Выборы, производимые испытуемыми, заносятся ими в специальный регистрационный лист (табл. 4), где слева перечислены названия 25 подшкал, а справа отмечаются номера выбираемых испытуемым суждений.

Т а б л и ц а 4 — Регистрационный лист к методике «Акцентуации характера»

Суждение	Номера выбираемых суждений	
	наиболее характерные	наименее характерные
Самочувствие		
Настроение		
Сон и сновидения		
Пробуждение от сна		
Аппетит и отношение к еде		
Отношение к спиртным напиткам		
Сексуальные проблемы		
Отношение к одежде		
Отношение к родителям		
Отношение к друзьям		
Отношение к окружающим		
Отношение к незнакомым людям		

Окончание табл. 4

Суждения	Номера выбираемых суждений	
	наиболее характерные	наименее характерные
Отношение к одиночеству		
Отношение к будущему		
Отношение к новому		
Отношение к неудачам		
Отношение к приключениям и риску		
Отношение к критике и возражениям		
Отношение к лидерству		
Отношение к опеке и наставлениям		
Отношение к правилам и законам		
Оценка себя в детстве		
Отношение к школе		
Оценка себя в данный момент		
Отношение к деньгам		

Инструкция

Читая каждое из данного списка суждение, испытуемый должен сначала выбрать три наиболее характерные для него и записать соответствующие номера во второй графе регистрационного листа, а затем то же самое сделать для наименее характерных для него, отметив соответствующие номера в третьей графе регистрационного листа.

Если он не может выбрать ничего подходящего или же выбирает меньше трех суждений, то может ограничиться в своих выборах меньшим числом и, соответственно, вписывает во вторую и третью графы регистрационного листа меньшее количество цифр. При повторном чтении списка испытуемому предлагается выбрать не менее трех суждений, наименее характерных для него, и записать их номера в третью графу регистрационного листа.

В приводимых далее списках суждений справа имеется их расшифровка, т. е. указано на то, к какому типу относится выбор данного суждения. Буквенные символы расшифровки соответствуют следующим типам: Г — гипертимный, Л — лабильный, Ц — циклоидный, А — астеноневротический, С — сенситивный, П — психастенический, Ш — шизоидный, Э — эпилептоидный, И — истероидный, Н — неустойчивый, К — конформный.

Обработка результатов

За каждый выбор, соответствующий указанному символу, испытуемый получает по одному баллу. Если символов несколько, то число баллов увеличивается по количеству символов. Например, за выбор с символом А испытуемый получает 1 балл, который приписывается развитости у него астеноневротического характера, а за выбор символов ГШК — три балла, причем в данном случае по данному баллу получают показатели развитости у него сразу трех типов акцентуаций характера: гипертимного, шизоидного и конформного.

Интерпретация результатов

Доминирующий тип акцентуированного характера определяется по максимальному числу баллов, набранных испытуемым. В таблице 5 дана информация, в соответствии с которой по количеству набранных баллов можно судить о степени развитости у испытуемого различных акцентуаций характера. Слева в таблице перечислены оцениваемые акцентуации, а справа указано количество баллов, соответствующее трем уровням развитости этих акцентуаций: низкому, среднему и высокому. Например, если по гипертимности испытуемый набрал 17 баллов, то по уровню развития у него

Т а б л и ц а 5 — Ключ к оценке степени развитости акцентуаций характера

Акцентуации характера	Уровень развития акцентуаций характера		
	низкий	средний	высокий
Гипертимность	1—8	9—18	19—26
Циклоидность	1—8	9—18	19—26
Лабильность	1—10	11—20	21—32
Астеноневротичность	1—6	7—13	14—19
Сенситивность	1—9	10—19	20—21
Психастетичность	1—8	9—16	17—21
Шизоидность	1—7	8—15	16—22
Эпилептоидность	1—10	11—20	21—32
Истероидность	1—10	11—22	23—33
Неустойчивость	1—5	6—12	13—17
Конформность	1—3	4—7	8—10

соответствующей акцентуации характера он считается находящимся на среднем уровне; если по конформности у него оказалось *10 баллов*, то делается вывод о том, что он находится на высоком уровне развития.

В карту индивидуального психологического развития подростка и старшего школьника вносятся словесные оценки уровня развития каждой акцентуированной черты характера (табл. 6).

Т а б л и ц а 6 — Подшкалы методики оценки акцентуаций характера с их названиями

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
<i>Самочувствие</i>		
1. У меня почти всегда плохое самочувствие	А	
2. Я всегда себя чувствую бодрым и полным сил	Г	
3. Дни и недели хорошего самочувствия у меня чередуются с днями, когда я себя чувствую плохо	Ц	
4. Мое самочувствие иногда меняется по несколько раз в день	Ц	
5. У меня почти всегда что-нибудь болит	АА	
6. Плохое самочувствие возникает у меня только после огорчений и неудач		
7. Плохое самочувствие появляется у меня от волнений и ожидания неприятностей		
8. Я легко переношу боль и физические страдания	Ц	
9. Мое самочувствие вполне удовлетворительное	НН	
10. У меня встречаются приступы плохого самочувствия, сопровождаемые раздражением и чувством тоски		С
11. Мое самочувствие очень зависит от того, как относятся ко мне окружающие люди		
12. Я очень плохо переношу боль и физические страдания		
<i>Настроение</i>		
1. Настроение у меня, как правило, хорошее	ГН	

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
2. Мое настроение легко меняется по незначительному поводу	П	Г
3. Мое настроение не очень зависит от людей, среди которых я нахожусь		
4. У меня почти всегда плохое настроение		
5. Мое настроение зависит от самочувствия	ЦА	
6. Когда меня оставляют одного, то мое настроение улучшается	Ш	
7. У меня бывают приступы мрачной раздражительности, во время которых достается окружающим		
8. У меня не бывает уныния и грусти, но нередко возникают раздраженность и гнев		
9. Малейшие неприятности сильно меня огорчают	СЛ	
10. Периоды хорошего настроения сменяются у меня периодами плохого настроения		
11. Мое настроение обычно такое же, как у окружающих людей		
<i>Сон и сновидения</i>		
1. Обычно я сплю хорошо, а сновидения не придаю значения	ГН	
2. Мой сон богат яркими, эмоциональными сновидениями		Э
3. Я люблю помечтать перед сном	К	
4. Ночью я плохо сплю и чувствую сонливость днем	А	
5. Я сплю мало, редко вижу сновидения и обычно встаю бодрым		Ц
6. У меня плохой и беспокойный сон, часто бывают мучительные, тоскливые сновидения	А	
7. Бессонница бывает у меня периодически, без видимых на то причин		
8. Я не могу спокойно спать, если утром надо встать в строго определенное время		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
9. Если меня что-то расстроило, то я долго не могу уснуть	ЛА	
10. Я часто вижу разные сны, то радостные, то неприятные		
11. По ночам у меня иногда возникают приступы страха		
12. Мне часто снится, что меня обижают		
13. Я могу свободно регулировать свой сон		
<i>Пробуждение от сна</i>		
1. Мне трудно проснуться в назначенный час	Э	Л
2. Обычно я просыпаюсь с неприятной мыслью о том, что нужно идти в школу или на работу		К
3. Иногда я встаю веселым и жизнерадостным, а в иногда — угнетенным и унылым без всякой на то причины		
4. Когда мне нужно, я легко просыпаюсь	Ц	
5. Для меня утро — самое тяжелое время суток		
6. Мне часто не хочется просыпаться		
7. Проснувшись, я нередко еще долго переживаю то, что видел во сне		Л
8. Иногда по утрам я чувствую себя бодрым, иногда — разбитым	А	
9. Утром я встаю бодрым и энергичным	НН	
10. С утра я более активен и мне легче работать, чем вечером		
11. Нередко бывает, что, проснувшись, я сразу не могу сообразить, где нахожусь и что происходит со мной		
12. Я обычно просыпаюсь с мыслью о том, что предстоит сделать в течение дня	Ц	
13. Проснувшись, я люблю полежать в постели и помечтать		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
<i>Аппетит и отношение к еде</i>		
1. Неподходящая обстановка, грязь и разговоры о неаппетитных вещах не мешают мне есть	Ш	
2. Иногда у меня бывает волчий аппетит, иногда мне ничего не хочется есть		
3. Я ем мало, иногда долго вообще ничего не ем	А	ЦЭ
4. Мой аппетит зависит от настроения		
5. Я люблю лакомства и деликатесы	ЛЛШ	
6. Нередко я стесняюсь есть при посторонних людях	С	
7. У меня хороший аппетит, но я не обжора		
8. Есть такие кушанья, которые вызывают у меня отвращение		
9. Я предпочитаю есть немного, но очень вкусно		
10. У меня плохой аппетит		
11. Я люблю сытно поесть	Н	
12. Я ем с удовольствием и не люблю ограничивать себя в еде		
13. Я боюсь испорченной пищи и всегда тщательно проверяю ее качество		
14. Мне легко можно испортить аппетит		
15. Еда меня интересует прежде всего как средство для поддержания здоровья		
16. Я стараюсь придерживаться диеты, которую разработал сам		И
17. Я плохо переношу голод и быстро слабею от него	Ц	
18. Еда не доставляет мне большого удовольствия		
<i>Отношение к спиртным напиткам</i>		
1. Мое желание выпить зависит от настроения		Ц
2. Я избегаю пить спиртное, чтобы не проболтаться		
3. Иногда я выпиваю охотно, иногда меня не тянет к спиртному		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
4. Я люблю выпить в веселой, хорошей компании	ГГ	С
5. Я боюсь пить спиртное, потому что, опьянев, могу вызвать насмешки и презрение со стороны		
6. Спиртное не вызывает у меня веселого настроения		
7. Я испытываю отвращение к спиртному	С	ЦП
8. Спиртным я стараюсь заглушить приступы плохого настроения, тоски или тревоги		
9. Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии	П	
10. Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам	СПП	
11. Спиртные напитки меня пугают		И
12. Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир	Ц	
13. Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушать компанию	А	Л
<i>Сексуальные проблемы</i>		
1. Сексуальные проблемы мало меня беспокоят	НН	
2. Малейшая неприятность подавляет у меня влечение к другому человеку		Ц
3. Я предпочитаю жить мечтами о подлинном счастье, а не разочарованиями в жизни		
4. Периоды сильного влечения чередуются у меня с периодами безразличия и холодности		
5. Я быстро возбуждаюсь, но и быстро остываю, успокаиваюсь		НН
6. В нормальной семейной жизни не должно существовать никаких половых проблем		
7. У меня сильное влечение, которое трудно сдерживать		К
8. Моя застенчивость мне очень сильно мешает		ИИ
9. Измены я бы никогда не простил		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
10. Я считаю, что половое влечение нельзя сдерживать, иначе оно будет мешать нормально жить и работать		
11. Наибольшее удовольствие мне доставляют ухаживание и флирт		ЛС
12. Я люблю анализировать свое отношение к проблемам пола, свои собственные ощущения и желания, связанные с этим		
13. Свое половое влечение я считаю ненормальным и стараюсь с ним бороться		ГЛ
14. Считаю, что половым проблемам не следует придавать большое значение	ЛИ	
<i>Отношение к одежде</i>		
1. Я люблю яркие и бросающиеся в глаза костюмы		А
2. Считаю, что надо всегда быть прилично одетым		
3. Для меня главное, чтобы одежда была удобной, аккуратной и чистой		
4. Я люблю модную, необычную одежду, которая привлекает к себе внимание	ИИ	К
5. Я никогда не слеую общей моде, а ношу то, что мне нравится	АС	
6. Я люблю одеваться так, чтобы было к лицу	К	
7. Я не люблю слишком модничать и считаю, что надо одеваться, как все		
8. Я часто беспокоюсь о том, что мой костюм не в порядке		
9. Я мало думаю об одежде		
10. Мне часто кажется, что окружающие осуждают меня за мой костюм		
11. Я предпочитаю темные и серые тона		
12. Временами мне хочется одеться ярко и модно, а временами я вообще не интересуюсь своей одеждой		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
<i>Отношение к родителям</i>		
1. Я очень боюсь остаться без родителей	П	
2. Я считаю, что родителей надо уважать, даже если в сердце хранишь обиду на них		
3. Я люблю и привязан к своим родителям, но бывает, что сильно обижаюсь на них и спорю с ними	ЛЛ	
4. Иногда мне кажется, что родители меня слишком опекают, а иногда — что я непослушен и причиняю родным огорчения		
5. Мои родители не дали мне того, что необходимо для жизни		К
6. Я упрекаю родителей в том, что в детстве они уделяли недостаточно внимания моему здоровью		
7. Я очень люблю (любил) одного из родителей		
8. Я люблю родителей, но не переносу, когда мною командуют и распоряжаются		
9. Я очень люблю маму и боюсь, что с ней что-нибудь случится	ПП	
10. Я упрекаю себя за то, что недостаточно сильно люблю (любил) своих родителей		
11. Родители меня слишком притесняли и во всем навязывали свою волю		ГЛПЭ
12. Мои родные меня не понимают и кажутся мне чужими	Ш	
13. Я считаю себя виноватым перед родителями	Э	
<i>Отношение к друзьям</i>		
1. Мне не раз приходилось убеждаться в том, что дружат из-за выгоды		
2. Я хорошо чувствую себя с теми, кто мне сочувствует		
3. Для меня важен не один друг, а целый дружный коллектив	ГЦ	
4. Я ценю такого друга, который умеет выслушать, приободрить, вселить уверенность, успокоить	К	

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
5. По друзьям, с которыми пришлось расстаться, я долго не скучаю и быстро нахожу себе новых друзей		
6. Я чувствую себя таким больным, что мне не до друзей		И
7. Моя застенчивость мешает мне подружиться с теми, с кем хотелось бы	СС	
8. Я легко завязываю дружбу, но часто разочаровываюсь и охлаждаю к людям		
9. Я предпочитаю тех друзей, которые внимательно относятся ко мне		
10. Я сам выбираю себе друзей, но бросаю их, если разочаровываюсь в них		
11. Я не могу найти себе друга по душе		
12. У меня нет никакого желания иметь друга		
13. Иногда я люблю большие дружеские компании, иногда избегаю их		
14. Жизнь научила меня не быть слишком откровенным даже с друзьями	Л	
15. Я люблю иметь много друзей и тепло отношусь к ним	А	
<i>Отношение к окружающим</i>		
1. Я окружен глупцами, невеждами и завистниками		
2. Окружающие мне завидуют и потому ненавидят меня		Э
3. Иногда мне хорошо с людьми, иногда они меня тяготят		
4. Я считаю, что самому не следует особенно выделяться среди окружающих		
5. Я стараюсь жить так, чтобы окружающие не могли сказать обо мне ничего плохого		
6. Мне кажется, что окружающие меня люди презирают меня и смотрят на меня свысока		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
7. Я легко схожусь с людьми в любой обстановке	Г	С
8. Больше всего со стороны окружающих я ценю внимание к себе		
9. Я чувствую хорошее или недоброе отношение к себе со стороны людей и так же отношусь к ним		
10. Я легко ссорюсь, но быстро мирюсь		С
11. Я часто подолгу размышляю: правильно или неправильно я что-нибудь сказал или сделал окружающим		
12. Людское общество меня быстро утомляет и раздражает		
13. От окружающих я стараюсь держаться подальше		П
14. Я не знаю своих соседей и не интересуюсь ими		
15. Мне часто кажется, что окружающие подозревают меня в чем-то плохом		
16. Мне приходилось от окружающих терпеть много обид и обманов, и это всегда настораживает меня		
<i>Отношение к незнакомым людям</i>		
1. Я отношусь настороженно к незнакомым людям и невольно опасюсь зла	ЭЭ	Г
2. Бывает, что совершенно незнакомый человек мне сразу внушает доверие и симпатию		ЭЭ
3. Я избегаю новых знакомств		
4. Незнакомые люди внушают мне беспокойство и тревогу		
5. Прежде чем познакомиться, я всегда хочу узнать, что это за человек, что говорят о нем люди		
6. Я никогда не доверяюсь незнакомым людям и не раз убеждался в том, что я прав в этом		
7. Если незнакомые проявляют интерес ко мне, то и я с интересом отношусь к ним		
8. Незнакомые люди меня раздражают, а к знакомым я уже как-то привык	Ц	ПГ

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
9. Я охотно и легко завожу новые знакомства	ГЦ	С
10. Иногда я охотно знакомясь с новыми людьми, иногда ни с кем знакомиться не хочется		
11. В хорошем настроении я легко знакомясь, в плохом — избегаю знакомств		
12. Я стесняюсь незнакомых людей и боюсь заговорить первым	СС	
<i>Отношение к одиночеству</i>		
1. Я считаю, что всякий человек не должен отрываться от коллектива	Н	ШШ
2. В одиночестве я чувствую себя спокойнее	СШШ	
3. Я не переношу одиночества и всегда стремлюсь быть среди людей	ГЭН	СПШШШ
4. Иногда мне лучше среди людей, иногда предпочитаю одиночество	ЛА	
5. В одиночестве я размышляю или беседую с воображаемым собеседником		ЭИ
6. В одиночестве я скучаю по людям, а среди людей быстро устаю и ищу одиночества		
7. Большею частью я хочу быть на людях, но иногда хочется побыть одному		
8. Я не боюсь одиночества	Ш	
9. Я боюсь одиночества, но так получается, что нередко я оказываюсь в одиночестве		
10. Я люблю одиночество		
11. Одиночество я переношу легко, если только оно не связано с неприятностями	Л	
<i>Отношение к будущему</i>		
1. Я мечтаю о светлом будущем, но боюсь неприятностей и неудач		
2. Будущее кажется мне мрачным и бесперспективным		
3. Я стараюсь жить так, чтобы будущее было хорошим		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
4. В будущем меня больше всего беспокоит состояние моего здоровья		
5. Я убежден, что в будущем исполнятся мои желания и планы	ГГ	
6. Я не люблю много думать о своем будущем		
7. Мое отношение к будущему часто и быстро меняется: то я строю радужные планы, то будущее кажется мне довольно мрачным	П	
8. Я утешаю себя тем, что в будущем исполнятся все мои желания	Э	
9. Я всегда невольно думаю о возможных неприятностях и бедах, которые могут случиться в будущем		
10. Мои планы на будущее я люблю прорабатывать в малейших деталях и во всех деталях стараюсь их осуществить	П	
11. Я уверен, что в будущем докажу всем свою правоту		
12. Я живу своими мыслями, и меня мало волнует, каким в действительности окажется мое будущее		
13. Иногда мое будущее кажется мне светлым, иногда — мрачным		
<i>Отношение к новому</i>		
1. Иногда я легко переношу перемены в своей жизни, но иногда начинаю их бояться и избегать		
2. Новое меня привлекает, но вместе с тем беспокоит и тревожит		
3. Я люблю перемены в жизни — новые впечатления, новых людей, новую обстановку вокруг		
4. У меня бывают моменты, когда я жадно ищу новые впечатления и новые знакомства, но бывает, что я избегаю их		
5. Я люблю сам придумывать новое, все перестраивать и делать по-своему, не так, как все		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
6. Новое меня привлекает, но часто быстро утомляет и надоедает		Э
7. Я не люблю всяких новшеств, предпочитаю раз и навсегда установленный порядок		И
8. Я боюсь перемен в жизни, новая обстановка меня пугает		
9. Новое приятно, если только обещает для меня что-то хорошее	ЛЭ	
10. Меня привлекает лишь то новое, которое соответствует моим принципам и моим интересам	ПШШЭ	
<i>Отношение к неудачам</i>		
1. Свои неудачи я переживаю сам и ни у кого не ищу сочувствия и помощи	Ш	ППЭ
2. Периоды, когда я активно борюсь с неудачами, чередуются у меня с периодами, когда у меня от малейших неудач опускаются руки		ЭЭ
3. Неудачи приводят меня в отчаяние	Э	
4. Неудачи вызывают у меня сильное раздражение, которое я изливаю на невинных людей		
5. Если случается неудача, то я всегда думаю, что же я сделал не так	И	
6. Неудачи вызывают у меня протест и негодование, желание их преодолеть		
7. Если в моих неудачах кто-то виноват, то я не оставляю его безнаказанным	ЭЭ	
8. При неудачах мне хочется убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться		Л
9. Бывает, что малейшие неудачи приводят меня в уныние, но бывает, что серьезные неприятности я переношу стойко		
10. Неудачи меня пугают, и в них я прежде всего виню самого себя	П	Ц
11. Неудачи меня не задевают, я не обращаю на них внимание		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
12. При неудачах я еще больше мечтаю о свершении своих желаний		
13. Я считаю, что при неудачах нельзя отчаиваться	К	
<i>Отношение к приключениям и риску</i>		
1. Я люблю всякие приключения, даже опасные, охотно иду на риск	Г	СС
2. Я много раз взвешиваю все «за» и «против» и все никак не решусь рискнуть	С	
3. Мне не до приключений, а рискую я только тогда, когда к этому принуждают обстоятельства	С	
4. Временами я люблю приключения и часто рискую, но временами приключения и риск становятся мне не по душе		
5. Приключения я люблю только веселые и такие, которые хорошо кончаются, а рисковать я не люблю		
6. Я специально не ищу приключений и риска, но иду на это, когда этого требуют обстоятельства		
7. Приключения и риск меня привлекают, если в них мне достается первая роль	Г	
8. Бывает, что риск и азарт меня совершенно опьяняют		ЛИ
<i>Отношение к лидерству</i>		
1. Я могу идти впереди других в рассуждениях, но не в действиях	Ц	
2. Я люблю быть первым в компании, руководить и направлять других		
3. Я люблю опекать кого-либо одного, кто мне понравится		
4. Я всегда стремлюсь учить людей правилам и порядку		И
5. Одним людям я нехотя подчиняюсь, другими с удовольствием командую сам		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
6. Иногда я люблю задавать тон, быть первым, но иногда это мне надоедает		
7. Я люблю быть первым там, где меня любят, бороться за первенство я не люблю	ПП	
8. Я не умею командовать другими	ЛС	
9. Я не люблю командовать другими, меня пугает ответственность		И
10. Всегда находятся люди, которые слушаются меня и признают мой авторитет		
11. Я люблю быть первым, чтобы мне подражали, чтобы за мной следовали другие		
12. Я охотно слеую за авторитетными людьми		
<i>Отношение к критике и возражениям</i>		
1. Я не обращаю внимание на возражения и критику, всегда думаю и делаю по-своему	ППП	К
2. Слушая возражения и критику, я ишу доводы в свое оправдание, но не всегда решаюсь их высказывать		
3. Возражения и критика меня особенно раздражают, когда я устал и плохо себя чувствую		
4. Критика и осуждения в мой адрес лучше равнодушия и пренебрежения ко мне		
5. Не люблю, когда меня критикуют и мне возражают, сержусь и не всегда могу сдержать свой гнев		Л
6. Когда меня критикуют или мне возражают, это меня сильно огорчает и приводит в состояние уныния		
7. От критики мне хочется убежать подальше		
8. В одни периоды критику и возражения я переношу легко, в другие — очень болезненно		
9. Возражения и критика меня очень огорчают, если они резкие и грубые по форме, даже если они касаются мелочей	А	
10. Я не слышал еще справедливой критики в свой адрес или справедливых возражений моим доводам		ПП

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
11. Я сразу правильно реагирую на критику и всегда стараюсь это делать	Ц	
12. Я убедился, что критикуют обычно только для того, чтобы тебе напакостить или самим выдвинуться		И
13. Если меня критикуют или мне возражают, то мне всегда начинает казаться, что другие правы, а я нет		
<i>Отношения к опеке и наставлениям</i>		
1. Я слушаю наставления только тех людей, кто имеет на это право	ЦП	
2. Я охотно слушаю те наставления, которые касаются моего здоровья	ЭЭ	
3. Не выношу, когда меня опекают и за меня все решают		
4. Я не нуждаюсь в наставлениях		
5. Я охотно слушаю советы того, кто меня любит		
6. Я стараюсь слушать полезные наставления, но это не всегда у меня получается	ЦЛ	
7. Иногда все наставления пролетают мимо моих ушей, а иногда я ругаю себя за то, что не слушал людей		
8. Совершенно не переношу наставления, если они даются начальственным тоном		
9. Я внимательно слушаю наставления и не противлюсь, когда меня опекают		И
10. Я охотно слушаю те наставления, которые мне приятны, и не переношу тех, что мне не по душе		
11. Я люблю, когда обо мне заботятся, но не люблю, чтобы мною командовали	ИИ	
12. Я не решаюсь прервать даже вовсе ничемное для меня наставление или избавиться от ненужного для меня покровительства		И
13. Наставления вызывают у меня сильное желание делать все наоборот		
14. Я допускаю опеку над собой в повседневной жизни, но не над моим душевным миром		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
<i>Отношение к правилам и законам</i>		
1. Когда правила и законы мне мешают, это вызывает у меня раздражение		К
2. Всегда считаю, что для интересного и заманчивого дела всякие правила и законы можно обойти	ГГ	С
3. Логически обоснованные правила я стараюсь соблюдать		
4. Я часто боюсь, что меня по ошибке примут за нарушителя законов		Г
5. Ужасно не люблю всякие правила, которые меня стесняют		Л
6. Периоды, когда я не очень слежу за тем, чтобы соблюдать все правила и законы, чередуются с периодами, когда я упрекаю себя за недисциплинированность		
7. Всякие правила и распорядки вызывают у меня желание их нарушать		Ц
8. Правила и законы я всегда соблюдаю		
9. Я всегда слежу за тем, чтобы окружающие люди соблюдали правила		И
10. Часто упрекаю себя за то, что нарушал правила и недостаточно строго соблюдал законы		
11. Я стараюсь соблюдать правила и законы, но это не всегда мне удается	Л	
12. Строго следую тем правилам, которые считаю справедливыми, но борюсь с теми, которые считаю несправедливыми		
<i>Оценка себя в детстве</i>		
1. В детстве я был робким и плаксивым ребенком		
2. Я очень любил сам сочинять всякие сказки и фантастические истории	Г	
3. В детстве я обычно избегал участия в шумных и подвижных играх		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
4. Я был как все дети и ничем не отличался от моих сверстников		Ц
5. Иногда мне кажется, что в детстве я был живым и веселым, иногда начинаю думать, что был очень непослушным и беспокойным		
6. С детства я был самостоятельным и решительным	Г	С
7. В детстве я был веселым и отчаянным	Г	С
8. В детстве я был обидчивым и чувствительным	СС	
9. В детстве я был очень непоседливым и болтливым		
10. В детстве я был таким же, как и сейчас, меня легко было огорчить, но легко также успокоить и развеселить	Л	
11. С детства я стремился к аккуратности и порядку		ИИ
12. В детстве я любил играть один или смотреть издали, как играли другие дети		Л
13. В детстве я больше любил беседовать со взрослыми, чем играть с ровесниками	И	
14. В детстве я был капризным и раздражительным	ЭЭ	Л
15. В детстве я плохо спал и плохо ел		
<i>Отношение к школе</i>		
1. Я любил вместо школьных занятий отправиться с товарищами погулять или сходить в кино	ГЭИНН	
2. Я сильно переживал замечания и отметки, которые меня не удовлетворяли	Э	ЭЭИ
3. В младших классах я любил школу, а потом она стала меня тяготить	Ц	
4. Периодами я любил школу, периодами она начинала мне надоедать		
5. Я не любил школу, потому что учителя относились ко мне несправедливо		
6. Школьные занятия меня очень утомляли		
7. Больше всего я любил школьную самостоятельность		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
8. Я любил школу, потому что там была веселая компания		
9. Я стеснялся ходить в школу, боялся насмешек и грубости		И
10. Я очень не любил физкультуру		
11. Я посещал школу регулярно и всегда активно участвовал в общественной работе		ППШ
12. Школьная обстановка меня очень тяготила		
13. Я старался аккуратно выполнять все задания	Ц	
<i>Оценка себя в данный момент</i>		
1. Мне не хватает холодной рассудочности		Г
2. Временами я доволен собой, временами ругаю себя за нерешительность		
3. Я слишком мнителен, без конца тревожусь и беспокоюсь обо всем	А	
4. Я не виновен в том, что возбуждаю зависть у других		
5. Мне не хватает усидчивости и терпения		
6. Я считаю, что ничем не отличаюсь от большинства людей		ПП
7. Мне не хватает решительности		
8. Я не вижу у себя больших недостатков	ЭИ	А
9. В хорошие минуты я вполне доволен собой, а в минуты дурного настроения мне кажется, что у меня не хватает то одного, то другого качества		
10. Я слишком раздражителен		
11. Другие находят у меня крупные недостатки, но я считаю, что они преувеличивают		
<i>Отношение к деньгам</i>		
1. Нехватка денег меня раздражает		
2. Деньги меня совершенно не интересуют	Ц	ЭИ
3. Огорчаюсь, когда денег не хватает		

Продолжение табл. 6

Суждение	Шифр	
	Наиболее характерные	Наименее характерные
4. Не люблю заранее рассчитывать все расходы, легко беру в долг, даже если знаю, что к сроку отдать мне будет трудно	И	
5. Я очень аккуратен в денежных делах и, зная неаккуратность многих, не люблю давать в долг		
6. Если у меня взяли в долг, я стесняюсь об этом напомнить	ЛА	И
7. Я всегда стараюсь оставить деньги про запас на непредвиденные расходы		
8. Деньги мне нужны только для того, чтобы как-нибудь прожить		
9. Стараюсь быть бережливым, но не скупым, люблю тратить деньги с толком		
10. Всегда боюсь, что мне не хватит денег, и очень не люблю брать в долг		
11. Иногда я к деньгам отношусь легко и трачу их, не задумываясь, иногда все пугаюсь остаться без денег		
12. Я никогда никому не позволяю ущемлять меня в деньгах		

Методика диагностики типа акцентуации характера «Чертова дюжина»

(А. С. Прутченков, А. А. Сиялов)¹

Порядок выполнения теста

Тестирование можно проводить как индивидуально, так и в групповой форме.

При проведении индивидуального тестирования выдается текст теста, содержащий 104 утверждения, которые нужно оценить, исходя из своего согласия или несогласия, и выставить балл в соответствующую номеру утверждения клеточку (рис. 5).

¹ Тест предназначен для подростков.

Фамилия, имя _____
Дата _____

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	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78
79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91
92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104
I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII

Рисунок 5 — Образец бланка ответов

При групповом тестировании можно либо раздать текст теста, либо зачитать утверждения вслух (обязательно дважды каждое из них). Если у тестируемых возникают вопросы по содержанию утверждений теста, то нужно разъяснить непонятные слова или текст всего утверждения.

Время для проведения теста с разъяснением инструкции — примерно 35—40 минут.

Инструкция

В клетки (1—104) вписывайте свои ответы — слева направо ряд за рядом. Отвечая на утверждения теста, оценивайте степень своего согласия или несогласия следующими баллами:

+2 — совершенно верно, я, как правило, так и делаю;

+1 — верно, но все же бывают заметные исключения;

0 — трудно сказать;

-1 — не верно, но все же иногда бывают такие ситуации;

-2 — совершенно неверно, это несвойственно для моей обычной жизни.

Старайтесь не отвечать «трудно сказать», отдайте предпочтение одному из остальных четырех ответов, соотнеся его со своими привычками, желаниями, поступками. Причем любое из приведенных в тесте утверждений нужно оценивать, исходя из принципа «как правило» и из обычного для вас образа жизни. Ведь мы все время от времени бываем или веселыми, или раздражительными.

Опросник

1. Я никогда не доверяю незнакомым людям, и не раз убеждался в том, что я прав.
2. Мне не раз приходилось убеждаться, что дружат из выгоды.
3. Я всегда чувствую себя бодрым и полным сил, как правило, настроение у меня хорошее.
4. Мое самочувствие сильно зависит от того, как относятся ко мне окружающие.
5. Мое настроение улучшается, когда меня оставляют одного.
6. Я не могу спокойно спать, если утром необходимо встать в определенный час; я слишком мнителен, без конца тревожусь и беспокоюсь обо всем.
7. Малейшие неприятности огорчают меня, после огорчений и беспокойств у меня возникает плохое самочувствие.
8. У меня плохой и беспокойный сон, часто бывают мучительные сновидения; утро для меня — самое тяжелое время суток.
9. Мое настроение обычно такое же, как и у окружающих меня людей.
10. О друзьях, с которыми пришлось расстаться, долго не скучаю, быстро нахожу новых.
11. Я плохо сплю ночью и чувствую сонливость днем, часто бываю раздражителен.
12. Мое настроение легко меняется от незначительных причин.
13. Недели хорошего самочувствия чередуются у меня с неделями, когда самочувствие у меня плохое.
14. Я считаю, что у человека должна быть серьезная цель, ради которой стоит жить.
15. У меня случаются приступы плохого настроения с раздражительностью и чувством тоски.
16. Я сплю мало, но утром встаю бодрым и энергичным.
17. Мое настроение сильно зависит от общества, в котором я нахожусь.
18. Никогда не следую общей моде, а ношу то, что мне самому понравилось.
19. Плохое самочувствие появляется у меня от волнений и ожиданий неприятности.
20. Нередко я стесняюсь при посторонних людях, я чрезмерно чувствителен.

21. Всегда боюсь, что мне не хватит денег, и очень не люблю брать в долг.

22. Я считаю, что самому не следует выделяться из окружающих.

23. Я легко завожу новые знакомства.

24. О своей одежде я мало думаю.

25. В одни дни я встаю веселым и жизнерадостным, в другие — без всякой причины с утра угнетен и уныл.

26. Периодами у меня бывает «волчий» аппетит, а периодами ничего не хочется есть.

27. Жизнь научила меня не быть слишком откровенным даже с друзьями.

28. Сон у меня очень крепкий, но иногда бывают жуткие, кошмарные сновидения.

29. Я люблю лакомства и деликатесы и ненавижу заранее рассчитывать расходы.

30. Мой сон богат яркими сновидениями.

31. Я не могу найти себе друга по душе и страдаю от того, что меня не понимают; от окружающих стремлюсь держаться подальше.

32. У меня настроение портится от ожидания возможных неприятностей, от неуверенности в себе, от беспокойства за близких.

33. Если у меня взяли в долг, я не стесняюсь об этом напомнить.

34. Мне кажется, что окружающие меня презирают и смотрят на меня свысока.

35. Прежде чем познакомиться, я хочу узнать, что это за человек, что говорят о нем люди.

36. Я стремлюсь быть с людьми, трудно переношу одиночество.

37. В будущем меня больше всего беспокоит мое здоровье, упрекаю родителей в том, что в детстве они недостаточно уделяли внимания моему здоровью.

38. Я люблю одеться так, что бы было к лицу.

39. Периодами я люблю дружеские компании, периодами избегаю их и ищу одиночества.

40. У меня не бывает уныния и грусти, но может быть жестокость и гнев.

41. Измены я никогда бы не простил.

42. Я легко схожусь с людьми в любой обстановке, охотно завожу новые знакомства, люблю иметь много друзей и тепло отношусь к ним.

43. Я люблю яркие и броские костюмы и одежду.

44. Я люблю одиночество, свои неудачи я переживаю сам.
45. Я много раз взвешиваю все «за» и «против», но все никак не решаюсь рискнуть; могу быть впереди других в рассуждениях, но не в действиях.
46. Моя застенчивость мешает мне подружиться с тем, с кем хотелось бы.
47. Я избегаю новых знакомств, мне не хватает решительности во всем.
48. Стараюсь жить так, что бы окружающие не могли сказать обо мне ничего плохого.
49. Не люблю много раздумывать о своем будущем и заранее рассчитывать свои расходы.
50. Я чувствую себя таким больным, что мне не до друзей.
51. Периодами я отношусь к деньгам легко и трачу их не задумываясь; периодами все же пугаюсь остаться без денег.
52. В одни периоды мне хорошо с людьми, в другие — они меня тяготят.
53. Меня привлекает лишь то новое, что соответствует моим принципам и интересам.
54. Для меня главное, чтобы одежда была удобной аккуратной и чистой.
55. Я убежден, что в будущем исполнятся мои желания и планы.
56. Я предпочитаю тех друзей, которые внимательны ко мне.
57. Я люблю придумывать новое, все переиначивать и делать по-своему, не так, как все.
58. Часто беспокоюсь, что мой костюм не в порядке.
59. Я боюсь одиночества, но, тем не менее, часто оказывается, что я остаюсь в одиночестве.
60. В одиночестве я чувствую себя спокойно.
61. Я считаю, что всякий человек не должен отрываться от коллектива.
62. Люблю разнообразие и перемены в жизни.
63. Людское общество меня часто утомляет и раздражает.
64. Периоды, когда я не очень слежу за тем, чтобы соблюдать все правила, чередуются у меня с периодами, когда я упрекаю себя за недисциплинированность.
65. Временами я доволен собой, временами упрекаю за нерешительность и вялость.

66. Я не боюсь одиночества, свои неудачи переживаю сам и ни у кого не ищу сочувствия и помощи.

67. Я очень аккуратен в денежных делах и очень огорчаюсь и расстраиваюсь, когда не хватает денег.

68. Я люблю перемены в жизни — новые впечатления, новых людей, новую обстановку вокруг.

69. Я не переношу одиночества, стремлюсь быть среди людей, больше всего со стороны окружающих ценю внимание ко мне.

70. Я допускаю опеку над собой в повседневной жизни, но не над моим душевным миром.

71. Я часто подолгу размышляю, правильно или неправильно я что-либо сказал или сделал в отношении окружающих.

72. Я часто боюсь, что меня по ошибке примут за нарушителя закона.

73. Будущее кажется мне мрачным и бесперспективным, неудачи угнетают меня и, прежде всего, я виню себя самого.

74. Я стараюсь жить так, чтобы будущее было хорошим.

75. При неудачах мне хочется убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться.

76. Незнакомые люди меня раздражают, к знакомым я уже как-то привык.

77. Я легко ссорюсь, но быстро и мирюсь.

78. Периодами я люблю «задавать тон», быть первым, но периодами мне это надоедает.

79. Я уверен, что в будущем докажу всем свою правоту.

80. Предпочитаю раз и навсегда установить порядок, мне нравится учить людей правилам и порядку.

81. Я люблю всякие приключения, даже опасные, часто иду на риск.

82. Приключения и риск привлекают меня, если в них мне достается первая роль.

83. Я люблю опекать кого-либо одного, кто мне нравится.

84. В одиночестве я размышляю или беседую с воображаемым собеседником, невольно думаю о возможных неприятностях и бедах, которые могут случиться в будущем.

85. Новое привлекает, но вместе с тем беспокоит и тревожит, неудачи приводят меня в отчаяние.

86. Я боюсь перемен в жизни, новая обстановка меня пугает.

87. Я охотно следую за авторитетными людьми.

88. Одним людям я подчиняюсь, другими командую сам.

89. Я охотно слушаю те советы, которые касаются моего здоровья.

90. Бывает, что совершенно незнакомый человек внушает мне доверие и симпатию.

91. Периодами мое будущее кажется мне светлым, периодами — мрачным.

92. Всегда находятся люди, которые слушают меня и признают мой авторитет.

93. Если в моих неудачах кто-то виноват, то я не оставляю его безнаказанным.

94. Я считаю, что для интересного и заманчивого дела всякие правила и законы можно обойти.

95. Я люблю быть первым, чтобы мне подражали, за мной следили другие.

96. Я не слушаю возражений и критики, всегда думаю и делаю по-своему.

97. Если случается неудача, я всегда ищу, что же я сделал неправильно.

98. В детстве я был обидчивым и чувствительным ребенком.

99. Я не люблю командовать людьми, ответственность меня пугает.

100. Считаю, что ничем не отличаюсь от большинства людей.

101. Мне не хватает усидчивости и терпения.

102. Новое меня привлекает, но часто быстро утомляет и надоедает, мне не до приключений.

103. В хорошие минуты я доволен собой, в минуты дурного настроения мне кажется, что мне не хватает положительных качеств.

104. Периодами я легко переношу перемены в своей жизни, но временами начинаю их бояться и избегать.

Обработка результатов

Расшифровка результатов тестирования происходит следующим образом:

1. Подсчитывается сумма баллов в каждой вертикальной колонке, например в клеточках № 1, 14, 27, 40, 53, 66, 79, 92 с учетом знаков «+» и «-». Сумма баллов в любой колонке находится в диапазоне от +16 (все восемь утверждений оценены тестируемым оценкой «+2», т. е. «совершенно верно») до -16 (если все утверждения оценены «-2», т. е. «совершенно неверно»).

2. Раскодируется наименование зашифрованных в вертикальных колонках типов акцентуации характера.

- I (1, 14, 27, 40, 53, 66, 79, 92) — параноидальный тип;
- II (2, 15, 28, 41, 54, 57, 80, 93) — эпилептоидный тип;
- III (3, 19, 29, 42, 55, 68, 81, 94) — гипертимный тип;
- IV (4, 17, 30, 43, 56, 69, 82, 95) — истероидный тип;
- V (5, 18, 31, 44, 57, 70, 83, 96) — шизоидный тип;
- VI (6, 19, 32, 45, 58, 71, 84, 97) — психастенический тип;
- VII (7, 20, 33, 46, 59, 72, 85, 98) — сензитивный тип;
- VIII (8, 21, 34, 47, 60, 73, 86, 99) — гипотимный тип;
- IX (9, 22, 35, 48, 61, 74, 87, 100) — конформный тип;
- X (10, 23, 36, 49, 62, 75, 88, 101) — неустойчивый тип;
- XI (11, 24, 37, 50, 63, 76, 89, 102) — астенический тип;
- XII (12, 25, 38, 51, 64, 77, 90, 103) — лабильный тип;
- XIII (13, 26, 39, 52, 65, 78, 91, 104) — циклоидный тип.

3. Определяется степень выраженности каждого из типов путем построения графика «Рисунок личности», где по горизонтальной оси откладывается номер типа, а по вертикальной — сумма баллов в колонке (рис. 6). Если кривая не выходит за пределы, ограниченные числами + 10, то это означает, что психотип находится в рамках обычного рисунка личности (эти точки приняты специалистами как нормативы). Если же кривая выходит за пределы +10, это означает, что соответствующий психотип у тестируемого проявляется наиболее ярко. Если же одна или несколько точек -10, то из этого следует, что у тестируемого проявляется антитип, т. е. черты, свойственные человеку с противоположным характером.

Описание типов акцентуаций

Гипертимный тип. Главная их черта — почти всегда очень хорошее настроение. Лишь изредка и ненадолго эта солнечность омрачается вспышками раздражения, гнева, агрессии. Реакция эмансипации протекает не только под знаком постоянного тяготения к компаниям сверстников, но и стремлением к лидерству в этих компаниях. Они всегда устремляются туда, где «кипит жизнь». Реакция увлечения отличается богатством и разнообразием проявлений, но главное — крайнее непостоянство хобби. Взгляд на собственное будущее, как правило, полон оптимизма, даже если для этого нет особых оснований. Неудачи

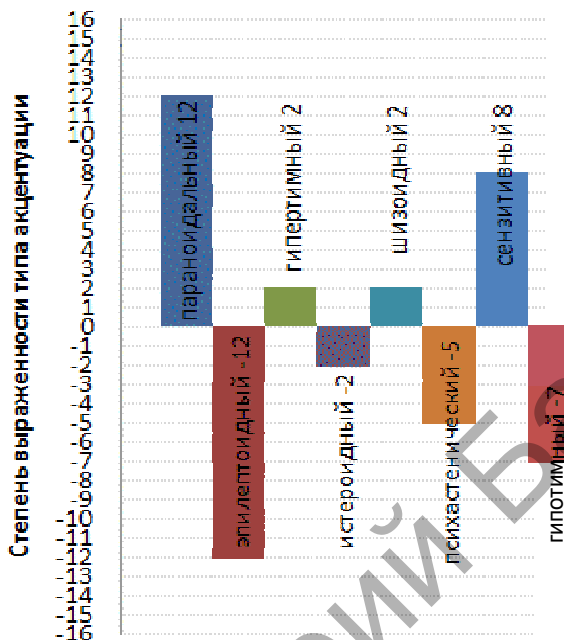


Рисунок 6 — Профиль личности (фрагмент)

способны вызвать бурную аффективную реакцию, но не выбить надолго из колеи.

Циклоидный тип. В детстве ничем не отличается от гипертимов, но с наступлением пубертатного периода возникает первая субдепрессивная фаза. То, что раньше давалось легко, теперь требует невероятных усилий, избегаются компании сверстников и т. д. Созвучно настроению все приобретает пессимистическую окраску. Мелкие неприятности и неудачи, которые начинают сыпаться из-за падения работоспособности, переживаются крайне тяжело. На замечания и укоры нередко отвечают раздраженно, порой грубостью и гневом, но в глубине души впадая в еще большее уныние.

Лабильный тип. Главная черта этого типа — крайняя изменчивость настроения. О формировании этого типа можно говорить, когда настроение меняется часто и круто, а поводы для этого малы и ничтожны. Этим переменам свойственна значительная глубина.

Похвалы, поощрения доставляют им искреннюю радость, а неприятности, утраты способны вызвать острые аффективные реакции.

Сензитивный тип. Не любят озорных игр, избегают больших детских компаний, вообще не склонны к легкому общению с незнакомыми людьми. Но это не свойственные шизоидам аутистические склонности. Они достаточно общительны. Сверстникам они предлагают игры с малышами, большая привязанность к родным. Школа поначалу трогает, но затем, привыкнув, они неохотно переходят в другой коллектив. Упреки, нотации вызывают угрызения и даже отчаяние. В себе видят много недостатков, особенно в области морально-этических и волевых качеств.

Шизоидный тип. Наиболее существенными чертами данного типа считается замкнутость, отгороженность от окружающих, неспособность или нежелание устанавливать контакт. Шизоидные подростки страдают от своего одиночества (в большинстве случаев), и еще больше уходят в себя. Начинают бурно реагировать на малейшую попытку вторгнуться в мир их интересов, фантазий, увлечений.

Эпилептоидный тип. Главными чертами этого типа является склонность к дисфории и тесно связанная с ним аффективная взрывчатость. Аффекты отличаются не только большой силой, но и продолжительностью. В аффекте выступает безудержная ярость — циничная брань, жестокие побои и т. д. Повод для гнева может быть ничтожен, но он всегда сопряжен с ущемлением его интересов. Повод может быть случайным и обычно играет роль последней капли.

Истероидный тип. Его главная черта — беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения, удивления, почитания, сочувствия. На худой конец предпочитается даже негодование или ненависть окружающих, но только не безразличие и равнодушие. Большая склонность к рисовке и позерству. Реакцией эмансипации может быть обусловлен демонстративный поклоноформизм — напоказ выставленное отрицание принятых норм поведения, взглядов и вкусов. Слабым звеном у истероидов, удар по которому может выявить аффективную реакцию, чаще всего бывает ущемленное самолюбие, крах, надежд на престижное положение, развенчанная исключительность.

Неустойчивый тип. В формировании социально приемлемых норм поведения выявляется наибольшая недостаточность этого ти-

па. Обнаруживается большая тяга к развлечениям, удовольствиям, праздности, безделью. Им свойственна неустойчивость эмоций, слабость воли и т. д.

Астенический тип. Главными чертами астенической акцентуации является повышенная утомляемость, раздражительность и склонность к ипохондричности. Раздражение по ничтожному поводу явно изливается на окружающих, порой случайно попавших под горячую руку, и столь же легко сменяется раскаянием и слезами. В отличие от эпилептоидов аффекту не присущи ни постепенное нарастание, ни сила, ни продолжительность.

Психастенический тип. Основными чертами психастенического типа характера в подростковом возрасте являются нерешительность, склонность к рассуждениям, тревожная мнительность и любовь к самоанализу, легкость возникновения obsessions — навязчивых страхов, опасений, действий, ритуалов, мнений, представлений.

Конформный тип. Его основная черта — постоянное и чрезмерное пассивное принятие существующего порядка вещей. В любой ситуации люди данного типа подчинятся большинству, шаблонности, проявляют банальность мышления, склонность к «ходячей морали», консерватизму. С недоверием относятся к незнакомцам; думают как все, поступают как все, стараются не отстать, но и не забегать вперед.

Интерпретация результатов

Шкала 1 — параноидальный тип. Черты этого психотипа редко проявляются в детстве, но обычно такие дети сосредоточены на чем-то одном, серьезны, озабочены, о чем-то думают, стремятся во что бы то ни стало достичь желаемого.

Доминирующая черта характера: высокая степень целеустремленности. Такой подросток подчиняет свою жизнь достижению определенной цели (причем достаточно большого масштаба), при этом он способен иногда пренебрегать интересами окружающих его людей. Ради достижения поставленной цели готов пожертвовать и своим благополучием, отказаться от развлечений, комфорта и других обычных для детей радостей.

Привлекательные черты характера: высокая энергичность, независимость, самостоятельность, надежность в сотрудничестве, если его цели совпадают с целями тех людей, с которыми он вместе работает.

Отталкивающие черты характера: раздражительность, гневливость, которые проявляются тогда, когда что-то или кто-то оказывается на пути к достижению поставленной цели; слабая чувствительность к чужому горю, авторитарность.

«Слабое звено» этого психотипа: чрезвычайно честолюбив, но по большому счету, а не по мелочам.

Особенности общения и дружбы: если ему приходится вступать в контакт с людьми, он часто подавляет собеседника, бывает излишне категоричен в своих суждениях, при этом может ранить словом окружающих. Не замечает своей конфликтности.

Совершенно не сентиментален, дружбу рассматривает как продолжение общего большого дела. Друзья для него — это только соратники.

Тщательно изучает лишь те учебные предметы, которые нужны сейчас или потребуются в будущем для успешного достижения поставленных целей. Для этого он может ходить в библиотеку, на дополнительные занятия, покупать много книг, читать на переменах. А все остальное в школе для него не представляет никакой ценности.

Наибольших успехов достигает в индивидуальной творческой работе. Представители данного типа — непревзойденные поставщики, генераторы крупных идей, нестандартных подходов к решению сложных проблем.

Шкала 2 — эпилептоидный тип. С дошкольного возраста у детей, предрасположенных к данному типу акцентуации, замечается недетская бережливость одежды, своих игрушек, всего «своего», резкая реакция на тех, кто пытается овладеть их собственностью, а с первых школьных лет проявляется повышенная аккуратность.

Доминирующие черты характера: любовь к порядку, стремление поддерживать уже установленный порядок, консервативность; высокий энергетизм (школьники полны жизненной энергии, они с охотой занимаются физкультурой, бегают, громко говорят, организуют всех вокруг себя; своей активностью часто мешают окружающим); подростки в экстремальных ситуациях становятся храбрыми и даже безрассудными, а в обыденной жизни у них проявляется гневливость, взрывчатость, придирчивость.

Привлекательные черты характера: тщательность, аккуратность, исполнительность, бережливость (часто переходящие в излишний педантизм), надежность (всегда выполняет свои обещания), пунк-

туальность (чтобы не опоздать, заведет два будильника и попросит родителей разбудить его), внимательность к своему здоровью.

Отталкивающие черты характера: нечувствительность к чужому горю, чрезмерная требовательность, приводящая к раздражительности в связи с замеченным беспорядком, неаккуратностью других или нарушением ими определенных правил.

«Слабое звено» этого психотипа: практически не переносит неподчинения себе и бурно восстает против ущемления своих интересов.

Особенности общения и дружбы: как и во всем остальном, любит устоявшийся порядок в дружеских отношениях и общении с людьми. Он не заводит случайных знакомств, а предпочитает общение с друзьями детства и школьными товарищами. Но если подросток считает кого-то своим другом, то он выполняет все обязательства, которые накладывает на него дружба. Измены в дружбе (как и в любви) он никогда не простит.

Отношение к учебе и работе: проявляет целеустремленность, выполняет все домашние задания, никогда не прогуливает уроков, обычно является отличником.

В дальнейшем такие школьники лучше всего проявляют себя в работе, связанной с поддержанием порядка, правил и норм, принятых кем-то другим. Например, финансист, юрист, учитель, военный и т. п.

Шкала 3 — гипертимный тип. Подростки, относящиеся к этому психотипу, с детства отличаются большой шумливостью, общительностью, даже смелостью, склонны к озорству. У них нет ни застенчивости, ни робости перед незнакомыми людьми, однако им недостает чувства дистанции в отношении со взрослыми.

Доминирующие черты характера: постоянно повышенное настроение, экстравертированность, открытость для общения с людьми, радость от этого общения, которая сочетается с хорошим самочувствием и цветущим внешним видом.

Привлекательные черты характера: энергичность, оптимизм, щедрость, стремление помочь людям, инициативность, разговорчивость, жизнерадостность, причем его настроение почти не зависит от того, что происходит, вокруг него. Но высокий жизненный тонус, брызжущая энергия, неудержимая активность, жажда деятельности сочетаются с тенденцией разбрасываться и не доводить начатое дело до конца.

Отталкивающие черты характера: поверхностность, неспособность долго сосредотачиваться на каком-либо конкретном деле или мысли, постоянная спешка (стремится заняться чем-то более интересным в данный момент), перескакивание с одного дела на другое (может записаться сразу в несколько кружков или секций, но ни в один из них больше 1—2 месяцев не ходит), неорганизованность, фамильярность, легкомысленность, готовность на безудержный риск.

«Слабое звено» этого психотипа: не переносит однообразной обстановки, монотонного труда, требующего тщательной, кропотливой работы, или резкого ограничения общения; его угнетает одиночество или вынужденное безделье.

Особенности общения и дружбы: всегда выступает в роли весельчака и балагура. Любит собирать гостей, его дом — место встречи друзей и просто знакомых, куда может запросто прийти любой человек и остаться до тех пор, пока ему нравится. Всегда тянется в компанию, среди сверстников стремится к лидерству. Легко может оказаться в неблагоприятной среде, склонен к авантюрам.

Готов дружить со всем светом, но на глубокую привязанность не способен. Ему присущ альтруизм, любовь к ближнему (а не ко всему человечеству), он может броситься на помощь человеку не раздумывая. В дружбе он добр и незлопамятен. Обидев кого-то, он быстро забывает об этом и при следующей же встрече может искренне обрадоваться; если нужно, он может от всей души извиниться за нанесенную обиду и тут же сделать что-либо приятное обиженному человеку.

Отношение к учебе и работе: может добиться значительных успехов, но легкомысленный, не может сосредоточиться на одном предмете, особенно если для его освоения требуются определенные длительные усилия. В принципе все учебные предметы даются легко, но знания, получаемые в школе, поверхностны и часто бессистемны.

Школьники данного типа постоянно опаздывают на уроки, прогуливают (особенно те занятия, на которых им скучно и нет возможности выразить себя). Но легко наверстывают упущенное, например, перед контрольной работой или экзаменом, не проспав одну ночь, могут выучить почти весь необходимый материал.

Гипертимный тип может достичь успеха практически в любом деле. И действительно, вначале у него все спорится в руках, появляются определенные достижения, но, как только начинается обычная

рутинная работа, ему становится неинтересно, дело перестает быть новым, и он готов бросить его, переключиться на что-то другое.

Часто шумливый и сверхактивный, создает лишь видимость продуктивной деятельности (охотно и с большим жаром берется за дело, планирует массу мероприятий, проводит совещания и т. п.), и это помогает ему делать карьеру.

Шкала 4 — истероидный тип. Этот психотип виден с раннего детства. Милый малыш в центре комнаты в присутствии большого количества взрослых незнакомых ему людей без всякого смущения декламирует стихи, поет незамысловатые песенки, демонстрируя свои таланты, и свои наряды. Главное для него в этот момент — восхищение окружающих. Если все гости сели за праздничный стол и забыли о нем, он непременно попробует еще и еще раз обратить на себя всеобщее внимание, в случае неудачи — просто опрокинет на скатерть стакан или разобьет блюдо.

Доминирующие черты характера: демонстративность, т. е. стремление быть постоянно в центре внимания, причем иногда любой ценой, жажда постоянного внимания к себе, восхищения, удивления, почитания, поклонения.

Привлекательные черты характера: упорство и инициативность, коммуникабельность и целеустремленность, находчивость и активность, ярко выраженные организаторские способности, самостоятельность и готовность взять на себя руководство, энергичность, хотя он быстро выдыхается после выплеска энергии.

Отталкивающие черты характера: способность к интригам и демагогии, лицемерие, задиристость и бесшабашность, необдуманная дерзость (но только в присутствии зрителей), похвальба несуществующими успехами, учет только собственных желаний, завышенная самооценка, обидчивость, когда задевают его лично.

«Слабое звено» этого психотипа: неспособность переносить удары по эгоцентризму, разоблачение его вымыслов.

Особенности общения и дружбы: постоянно нуждается в многочисленных зрителях. В принципе это основная форма его жизни (жизнь на людях и для людей). Но он общается, как правило, только с теми, кто явно или неявно выражает свое восхищение им, боготворит его способности и талант. Они очень избирательны, стремятся дружить с очень известными людьми, чтобы часть их славы доставалась и им, или с людьми, в чем-то проигрывающими им, чтобы еще больше оттенить свои способности.

Отношение к учебе и работе: учеба для него часто лишь повод для общения, возможность проявить себя среди людей. В школу он ходит не учиться, а общаться, именно от этого он получает основное удовольствие. Чтобы привлечь внимание, ему приходится не просто хорошо учиться, а учиться лучше всех, удивлять учителей своими способностями к разным предметам.

В принципе это одаренный, талантливый человек, поэтому ему легко даются профессии, связанные с художественным творчеством. Лучше всего ему работается самостоятельно, вне коллектива, вне обязательных рамок.

Шкала 5 — шизоидный тип. С первых школьных лет такие дети любят играть одни, мало тянутся к одноклассникам, избегают шумных детских забав, предпочитая общество более старших ребят.

В подростковом возрасте бросаются в глаза, прежде всего, их замкнутость и отгороженность в сочетании с неумением сопереживать окружающим.

Доминирующие черты характера: интровертированность.

Это ярко выраженный мыслительный тип, постоянно осмысливающий окружающую действительность.

Привлекательные черты характера: серьезность, несуетливость, немногословность, устойчивость интересов и постоянство занятий.

Это, как правило, талантливые, умные и неприхотливые школьники. Тип очень продуктивный, может долго трудиться над своими идеями, но не пробивает их, не внедряет в жизнь.

Отталкивающие черты характера: замкнутость, холодность, расщудочность. Он малоэнергичен, малоактивен при интенсивной работе, как физической, так и интеллектуальной. Эмоционально холоден, почти не выражает никаких эмоций. Его эгоизм не сознательный. В то же время может быть и сам легкоранимым, так как самолюбив. Не любит, когда критикуют его систему.

«Слабое звено» этого психотипа: не переносит ситуации, в которых нужно установить неформальные эмоциональные контакты, и насильственное вторжение посторонних людей в его внутренний мир.

Особенности общения и дружбы: очень избирателен, людей он в основном не замечает, так же как и многие вещи материального мира. Но все же он нуждается в общении, которое должно отличаться глубиной и содержательностью. Круг людей, с которыми он общается, очень ограничен, как правило, эти люди старше его.

Для него характерна самодостаточность в сфере отношений, он может довольствоваться общением с самим собой или с одним человеком.

Его другом может быть человек, хорошо понимающий его особенности, способный не обращать внимания на его странности, замкнутость и другие отрицательные черты характера.

Отношение к учебе и работе: может быть очень способным и даже талантливым, но требует индивидуального подхода, так как отличается особым видением мира, своей, не похожей ни на что точкой зрения на обычные явления и предметы. Он может заниматься очень много, но не систематически, так как ему трудно выполнять общепринятые требования, да еще не по им самим придуманным схемам. Поэтому если он видит, что педагог оценивает результат его работы, а не формальное соблюдение обязательных правил, то он может проявить весь свой талант и все способности. Если же педагог (и родители) требует от детей этого психотипа, например, решения задач строго определенным способом (ведь так объясняли на уроке), тогда такой подросток может быть отстающим, несмотря на то, что ему вполне по силам решить эти же задачи несколькими оригинальными способами. Это относится не только к математике, но и ко всем остальным учебным предметам.

Он чаще всего научный работник, например, математик-теоретик или физик-теоретик.

Шкала 6 — психастенический тип. В детстве, наряду с некоторой робостью и пугливостью, у таких детей проявляются склонность к рассуждению и не по возрасту «интеллектуальные интересы». В этом же возрасте возникают различные фобии — боязнь незнакомых людей, новых предметов, темноты, страх остаться одному дома и т. п.

Доминирующие черты характера: неуверенность и тревожная мнительность, опасение за будущее свое и близких.

Привлекательные черты характера: аккуратность, серьезность, добросовестность, рассудительность, самокритичность, ровное настроение, верность данным обещаниям, надежность.

Отталкивающие черты характера: нерешительность, определенный формализм, склонность к долгим рассуждениям, самокопание. Возможны различные опасения, которые адресуются в основном к возможному событию, даже маловероятному в будущем, по принципу «как бы чего не случилось» (вдруг меня или моих родных укусит собака или я заболею, или получу двойку и т. д.).

Представитель этого психотипа верит в приметы, считая их панацеей от всех бед: обувь надевает только с правой ноги; если запнется левой ногой, то обязательно плюнет три раза через правое плечо и т. п.

Другой формой защиты от постоянных страхов является сознательный формализм и педантизм, в основе которых лежит идея о том, что если все заранее тщательно продумать, предусмотреть и затем действовать, не отступая ни на шаг от намеченного плана, то ничего плохого не случится, все обойдется.

Таким подросткам очень трудно принять практически любое решение, они все время сомневаются, все ли обстоятельства и возможные последствия они учли. Но если все же решение принимается, то он начинает действовать немедленно, так как боится сам себя — «вдруг передумаю».

«Слабое звено» этого психотипа: боязнь ответственности за себя и за других.

Особенности общения и дружбы: стеснителен, застенчив, не любит устанавливать новые контакты. В отношениях со старыми друзьями ценит именно глубокий личностный контакт, друзей у него немного, но эта дружба «на века». Помнит мельчайшие детали отношений и от души признателен за внимание к себе.

Отношение к учебе и работе: способен заниматься, не поднимая головы, проявляя несвойственную ему целеустремленность, настойчивость и усидчивость, длительное время, так как боится огорчить неудовлетворительными оценками своих близких и преподавателей. Долгое время сверяет полученный результат по справочникам, словарям, энциклопедиям, позвонит другу, спросит у него и т. п.

Он, как правило, подчиненный, который аккуратно, точно и в срок выполнит любую работу, если задание конкретно и полученная инструкция четко регламентирует порядок его выполнения. Таких людям по душе тихая, аккуратная, спокойная работа, например работа библиотекаря, бухгалтера, лаборанта или домашняя работа.

Шкала 7 — сензитивный тип. С первых детских лет ребенок боязлив, боится одиночества, темноты, животных, особенно собак. Избегает активных и шумливых сверстников. Но он достаточно общителен с теми, к кому уже привык, любит играть с малышами, чувствуя себя с ними уверенно и спокойно.

К родным и близким очень привязан, это «домашним ребенком»: старается поменьше выходить из дома, не любит ходить в гости, а

тем более ездить куда-то далеко, например, в другой город, даже если там живет любимая бабушка.

Доминирующие черты характера: повышенная чувствительность, впечатлительность.

Подростки такого типа робки и застенчивы особенно среди посторонних людей и в необычной для них обстановке. В себе они видят множество недостатков, особенно в морально-этической и волевой сферах.

Привлекательные черты характера: доброта, спокойствие, внимательность к людям, чувство долга, высокая внутренняя дисциплинированность, ответственность, добросовестность, самокритичность, повышенные требования к себе. Он стремится преодолеть свои слабые стороны.

Отталкивающие черты характера: мнительность, пугливость, замкнутость, склонность к самобичеванию и самоунижению, растерянность в трудных ситуациях, повышенная обидчивость и конфликтность на этой почве.

«Слабое звено» этого психотипа: не переносит насмешек или подозрения окружающих в неблагоприятных поступках, недоброжелательное внимание.

Особенности общения и дружбы: охотно идет на контакт с узким кругом людей, которые вызывают особые симпатии. В то же время они всячески избегают знакомств и общения с людьми слишком бойкими и неугомонными. Настоятельная потребность поделиться своими переживаниями и ощущениями реализуется в общении со старыми друзьями.

Отношение к учебе и работе: школьники такого типа учатся из-за нежелания огорчать своих родных и преподавателей. Отвечать у доски стесняются, чтобы не прослыть выскочкой. Но при доброжелательном отношении со стороны педагогов могут показать прекрасные результаты. Работа для них — нечто второстепенное, а главное — это теплые и добрые взаимоотношения с коллегами, отношение руководителя. Представители данного типа могут быть исполнительными и преданными секретарями-референтами, помощниками и т. п.

Шкала 8 — гипотимный тип. В детстве такой ребенок почти всегда не проявляет особой радости, бывает обижен на всех и прежде всего на своих родителей. На лице часто выражение недовольства, расстройства из-за того, что не сделали так, как он хотел.

Доминирующее черты характера: постоянно пониженное настроение. Настроение его постоянно меняется, но практически всегда плохое.

Привлекательные черты характера: совестливость и острый критический взгляд на мир.

Стремится чаще быть дома, создавая уют и теплоту и избегая лишних волнений.

Отгалкивающие черты характера: обидчивость, ранимость, постоянное уныние, склонность искать у себя проявление недомоганий, различных заболеваний, почти полное отсутствие интересов и увлечений.

Низкая энергетичность выражается в быстрой утомляемости.

«Слабое звено» этого психотипа: открытое несогласие с ним в восприятии действительности.

Особенности общения и дружбы: часто и подолгу может обижаться на окружающих и своих друзей. Но при этом он остро нуждается в общении, чтобы была возможность жаловаться на свою жизнь, на то, что его не поняли, не оценили. Ему нравится рассказывать окружающим о тех трудных обстоятельствах, в которые он попал. На все советы со стороны собеседника он приведет массу аргументов, почему сложившуюся ситуацию нельзя изменить, а ему самому будет только хуже, если он начнет что-либо предпринимать.

Дружить с ним сложно в первую очередь из-за того, что он видит в любом человеке сначала возможную причину ухудшения своего настроения.

Отношение к учебе и работе: они могут проявить себя, хорошо заучивая материал, тщательно выполняя задания, но само содержание их особенно не интересует. Делают они это из-за боязни плохой оценки. Ссылаясь на недомогание, могут пропустить занятия, чаще всего по физкультуре, трудовому обучению и по тем предметам, преподаватели которых не делают скидок на их плохое настроение.

Бывает, что он жалуется на людей, обстоятельства и просит дать ему другое задание. Но картина повторяется, так как он видит недостатки, отрицательные моменты в организации производства или в окружающих. Ему трудно постоянно заниматься одним делом.

Шкала 9 — конформный тип. Этот тип характера встречается довольно часто. Ребенок соглашается со всем, что ему предлагает ближайшее окружение, но стоит ему попасть под влияние другой группы, он изменяет отношение к тем же вещам на противоположное. Такой подросток как бы утрачивает свое личностное отношение.

ние к миру, его суждения и оценки окружающего мира полностью совпадают с мнением тех людей, с которыми он общается в данный момент. Причем он не выделяется, не навязывает свое личное мнение, а просто представляет «массу», которая согласна с лидером.

Доминирующие черты характера: чрезмерная приспособляемость к своему непосредственному окружению, почти полная зависимость от малой группы (семьи, компании), в которую он входит в данный момент.

Жизнь идет под девизом: «Думать, как все, делать, как все, и чтобы все было, как у всех». Это распространяется и на стиль одежды, и на манеру поведения, и на взгляды по самым важным проблемам.

Эти подростки привязываются к группе сверстников и безоговорочно принимают систему ее ценностей без всякой критики.

Привлекательные черты характера: дружелюбие, исполнительность, дисциплинированность, покладистость. В группе они не являются источником конфликтов или раздоров.

Они слушают рассказы ребят о «подвигах», соглашаются с теми предложениями, которые поступают от лидеров, охотно участвуют в «приключениях», но потом могут и раскаться. Собственной смелости и решительности что-то предложить у них чаще недостаточно.

Отталкивающие черты характера: несамостоятельность, почти полное отсутствие критичности как в отношении себя, так и своего ближайшего окружения.

Но если группа, которая является для подростка значимой в данный момент, имеет положительную направленность, то и он может достичь серьезных успехов, например, занимаясь в какой-либо секции.

«Слабое звено» этого психотипа: не переносит крутых перемен, ломки жизненного стереотипа.

Особенности общения и дружбы: легко устанавливает контакты с людьми, при этом подражает тем, кого считает лидерами. Но дружеские отношения непостоянны, зависят от складывающейся ситуации. Такие подростки не стремятся первенствовать среди друзей, не проявляют интереса к новым знакомствам.

Отношение к учебе и работе: если то окружение, группа, в которую он входит, учится хорошо, то и он будет прикладывать усилия, чтобы не отставать от своих друзей.

К работе данный тип относится в зависимости от настроения группы: может быть очень трудолюбивым и исполнительным, творчески и изобретательно выполнять все, что ему поручено, но может и отлынивать от работы, делать все формально. Все зависит от окружения.

Шкала 10 — неустойчивый тип. С детства непослушный, непоседливый, всюду лезет, но при этом боится наказаний, легко подчиняется другим детям.

Доминирующая черта характера: полное непостоянство проявлений, зависит не от группы окружающих его людей, а от любого человека, который в эту минуту оказался рядом с ним. Он легко поддается влиянию.

Привлекательные черты характера: общительность, открытость, услужливость, доброжелательность, быстрота переключения в делах и общении.

Часто внешне такие подростки послушны, готовы искренне выполнить просьбу взрослых, но их желания быстро пропадают, и через некоторое время (иногда совсем незначительный период) они или забывают о том, что обещали, или ленятся и придумывают массу причин, объясняющих невозможность выполнить обещанное.

Отталкивающие черты характера: тяга к пустому времяпрепровождению и развлечениям, болтливость, соглашательство, безответственность.

«Слабое звено» этого психотипа: безнадзорность, бесконтрольность.

Особенность общения и дружбы: стараются избегать конфликтов. Контакты в целом бесцельные. Они могут быть в составе сразу нескольких групп, при этом они действительно перенимают правила и стиль поведения каждого коллектива.

Неустойчивый тип склонен жить сегодняшним днем, часами может смотреть телевизор или видео, слушать музыку, ничего не делая при этом. Попадая в группы сверстников, выполняет роль подручного у лидеров. Иногда отмечается расторможенность. Например, если такой подросток прибежал в школьную столовую, не смог ничего купить, чтобы перекусить (нет ничего подходящего), он запросто может сбегать в соседний магазин, даже если при этом опоздает на следующий урок.

Отношение к учебе и работе: под влиянием очередного увлечения может начать хорошо учиться или забросить занятия. В последнем случае у них появляются большие пробелы в знаниях, и

дальнейшее усвоение нового материала (даже если появляется огромное желание учиться) осложняется.

У представителей данного типа на уроках внимание неустойчивое, они часто и надолго отвлекаются от работы. Домашние задания выполняют неохотно, знания их бессистемны.

Шкала 11 — астенический тип. С детства такой ребенок имеет плохой сон, аппетит, часто капризничает, плачет, боится всего. Он очень чувствителен к громким звукам, яркому свету, его быстро утомляет даже небольшое количество людей, поэтому стремится к уединению.

Доминирующие черты характера: повышенная утомляемость, раздражительность.

Привлекательные черты характера: аккуратность, дисциплинированность, скромность, покладистость, исполнительность, дружелюбие, незлопамятность.

Отталкивающие черты характера: капризность, неуверенность в себе, вялость, забывчивость.

Такие подростки робки, стеснительны, с заниженной самооценкой, не могут при необходимости постоять за себя. Они испытывают большую тревогу в случае изменения внешних обстоятельств, ломки стереотипов, так как одним из механизмов психологической защиты является привыкание к одним и тем же вещам, укладу жизни.

«Слабое звено» этого психотипа: внезапные аффективные вспышки из-за сильной утомляемости и раздражительности.

Особенности общения и дружбы: не стремится к близким отношениям из-за своей неуверенности, не проявляет инициативы. Круг друзей ограничен.

Отношение к учебе и работе: часто мешает заниженная самооценка, тем более, если педагог предъявляет повышенные требования, так как знает, что этот ребенок может учиться лучше. Но постоянные сомнения, чувство тревоги и страха перед возможной ошибкой мешают ему нормально работать на уроке, например, отвечать у доски даже в том случае, когда материал хорошо знаком.

Работа его порой утомляет и не приносит чувства радости или облегчения. Тяжелая и напряженная работа вызывает раздражение, поэтому он нуждается в периодическом отдыхе или чередовании разных видов деятельности.

Шкала 12 — лабильный тип. В детстве такой ребенок обычно не отличаются от сверстников, но часто простужается. Способен

погрузиться в грустное настроение из-за нелестного слова, неприязненного взгляда, сломанной игрушки. Приятные слова, новый костюм или книга, хорошая новость могут поднять настроение, придать веселый тон разговору, но только до тех пор, пока очередная «неприятность» не испортит все.

Доминирующая черта характера: крайняя изменчивость настроения, которое меняется слишком часто и чрезмерно резко от ничтожных (незаметных для окружающих) поводов. От душевного состояния в данный момент зависит практически все: и аппетит, и сон, и общее самочувствие, и желание общаться, и работоспособность, и желание учиться и т. п.

Привлекательные черты характера: общительность, добродушие, чуткость и привязанность, искренность и отзывчивость (в периоды приподнятого настроения). Подростка отличают глубокие чувства, искренняя привязанность к тем, с кем он в хороших отношениях, кого любит и о ком заботится. Причем эта привязанность сохраняется, несмотря на изменчивость его настроения.

Отталкивающие черты характера: раздражительность, вспыльчивость, драчливость, ослабленный самоконтроль. Во время простого разговора может вспыхнуть, заплакать, готов сказать что-то дерзкое, обидное.

«Слабое звено» этого психотипа: эмоциональное отвержение со стороны значимых людей, утрата близких или разлука с теми, к кому привязан.

Особенности общения и дружбы: все зависит от настроения. Если он рад и доволен жизнью, то контакты устанавливает с большим желанием; если огорчен и неудовлетворен жизнью, то контакты резко сокращаются.

Настроение часто меняется от самой незначительной реплики того, с кем он дружит.

Лабильный тип обладает хорошо развитой интуицией по отношению к людям, может довольно легко определить «хорошего» и «плохого» человека, выбирая себе друга. Предпочитает дружить с теми, кто способен в периоды спада настроения отвлечь, утешить его, приподнять настроение, рассказать что-то интересное, при нападках других — защитить и прикрыть собой, а в минуты эмоционального подъема разделить бурную радость и веселье. Он способен на преданную дружбу.

Шкала 13 — циклоидный тип. В детстве ребенок циклоидного типа мало чем отличается от своих сверстников, но периодически может быть необычно шумливым, озорным, постоянно что-то предпринимающим, а затем опять становится спокойным и управляемым ребенком. В подростковом возрасте возникают периодические фазы смены настроения, длительность которых может быть от нескольких дней до недели и более.

Доминирующие черта характера: циклические изменения эмоционального фона (периоды приподнятого настроения сменяются фазами эмоционального спада).

Привлекательные черты характера: инициативность, жизнерадостность, общительность (в периоды подъема настроения); грусть, задумчивость, вялость, упадок сил, все валится из рук; то, что легко получалось вчера, сегодня совсем не получается или требует невероятных усилий (в периоды спада настроения).

Отталкивающие черты характера: непоследовательность, неуравновешенность, безразличие, вспышки раздражительности, чрезмерной обидчивости и придирчивости к окружающим. Во время спада труднее становится и жить, и учиться, и общаться. Компании начинают раздражать, риск и приключения, развлечения и контакты теряют свою прежнюю привлекательность.

Ошибки, мелкие неприятности, которые случаются в этот период из-за плохого самочувствия, переживаются им очень тяжело, тем более что есть с чем сравнивать. Ведь, еще день-два назад все прекрасно получалось, например, в спорте, а сегодня не идет игра, и тренер недоволен, и сам подросток не знает, что делать. И это его угнетает, он не узнает себя, свой организм, не может понять свое раздражение, нежелание видеть даже близких людей.

На реплики и замечания отвечает с недовольством, хотя в глубине души сильно переживает эти внезапные для него изменения. Но чувства безысходности не бывает, так как он понимает, что пройдет определенное время и все снова станет хорошо, все будет получаться, как и прежде. Нужно только переждать этот период спада.

«Слабое звено» этого психотипа: эмоциональное отвержение со стороны значимых для него людей и коренная ломка жизненных стереотипов.

Особенности общения и дружбы: тяга к общению, новым знакомствам, бесшабашная удаль сменяются замкнутостью, нежеланием общаться даже с самыми близкими друзьями («все вы мне надоели»).

По-настоящему дружить предпочитает с теми, кто хорошо понимает неизбежность перемены в отношениях на какое-то время и не обижается на это, прощает вспышки раздражительности и обидчивости.

Отношение к учебе и работе: периоды активной работы сменяются этапами, когда наступает полное безразличие к учебным предметам, домашним заданиям.

В работе то любое дело спорится и получается (но до тех пор, пока оно интересно), то он недоволен любой предлагаемой работой.

Методика аутоидентификации акцентуаций характера Э. Г. Эйдемиллера

Инструкция

Вам необходимо ознакомиться с содержанием всех предложенных ниже характеристик и выбрать одну или несколько карточек, на которых, по вашему мнению, наиболее полно и похоже описан ваш характер. Если вы выберете несколько карточек сразу, то разложите их в порядке важности.

Для проведения исследования потребуется 13 карточек с описанием характерологических типов.

Карточка «А»

Я — прирожденный пессимист, настроение у меня всегда понижено. Мир я воспринимаю как бы сквозь черные очки: жизнь мне часто кажется бессмысленной, во всем вижу лишь мрачные стороны. Никак не могу отделаться от ощущения, что вот-вот должно случиться что-то плохое. Мне кажется, что я в чем-то виноват и потому окружающие ко мне плохо относятся, смотрят свысока. Я мрачен, угрюм, всем недоволен. Все делаю медленно, неторопливо. Мои друзья говорят, что лицо у меня печальное, что от меня веет уныние. Я не способен к волевому усилию, от трудностей впадаю в отчаяние. Особенно плохо себя чувствую по утрам, просыпаюсь с ощущением разбитости, усталости. Часто у меня бывают запоры. Жизнь моя — нелепая и мучительная пытка, иногда приходят мысли об ее никчемности, бесцельности.

Карточка «Б»

У меня всегда хорошее настроение. Обо мне можно смело сказать, что характер у меня приветливый и открытый. Думаю, что я добр, во всяком случае, охотно

принимаю участие в судьбе моих друзей, которых, кстати, у меня много. Я — не молчун, с удовольствием принимаю участие в беседе. Охотно помогаю людям, но поскольку много раздаю обещаний, то, естественно, далеко не все могу сдержать. Терпеть не могу нудную, кропотливую работу, которая требует усидчивости и терпения. На работе у меня так много всяких дел, что не успеваю все сделать вовремя. Замечал, что окружающие охотно слушают меня, потом повторяют мои наиболее остроумные высказывания. Мне ничего не стоит высмеять своего противника. У меня часто бывают оригинальные идеи, но, сознаюсь, не очень люблю заниматься их претворением в жизнь. Люблю девушек, они мне признавались, что я — галантный ухажер. Сколько я встречал людей, все же могу сказать, что мало кого из них поставил бы выше себя. Не люблю, когда мне противоречат, это начинает меня раздражать; а когда разойдусь, веду себя грубо, кричу, ругаюсь, оскорбляю всех подряд. У меня отличный аппетит. В школе у меня была репутация шалуна, учителя считали меня заводилой во всех шалостях, пожалуй, не без оснований. Кто видел мою мимику, способность передразнивать и копировать людей, всегда говорил, чтобы я шел в актеры. Житейские невзгоды переношу легко, деньгам счет не веду, легко даю их в долг, так же легко сам залезаю в долги.

Карточка «В»

Пожалуй, главное в моем характере — беспричинная смена периодов разного настроения. Длительное время я себя чувствую очень хорошо, все у меня получается, работа спорится, хорошо сплю, у меня прекрасный аппетит, часто встречаюсь с друзьями, хожу с ними в кино, на танцы. Если же случаются со мной какие-либо неприятности, то в этот период переношу их легко. Однако совершенно непонятным для меня образом настроение портится, подчас на продолжительное время — на недели, даже месяцы. Мне становится все безразлично, чувствую себя в этот период времени больным, унылым, перестаю верить в себя. Иногда появляется страх, что со мной может что-то случиться. От встречающихся трудностей, неприятностей впадаю в уныние. Плохо сплю, просыпаюсь с ощущением разбитости, плохо ем. Мне не хочется встречаться с людьми, их общество раздражает меня. Хочется лежать в постели и забыть обо всем. Я заметил, что такие смены периодов хорошего настроения и плохого чаще всего происходят либо весной, либо осенью.

Карточка «Г»

По характеру я человек веселый, открытый, добродушный, однако, малейшая неприятность (перемена погоды, грубое слово, неприязненный взгляд и т. п.) омрачает меня, приводит в глубокое уныние, но ненадолго. Какая-нибудь интересная новость, теплое участие помогают мне обрести прежнее расположение духа. В течение дня настроение у меня может неоднократно меняться от самых разнообразных причин. Даже самому себе не ясно бывает, почему вдруг стало так тоскливо, хотя до этого чувствовал себя хорошо, был весел. Очень внушаем и робок, такой уж у меня характер — немного детский, слишком нежный. Моим чувствам

как-то не особенно верят, считают их слишком поверхностными, хотя это, конечно, не так. Различные, даже мелкие неприятности переношу тяжело.

Карточка «Д»

Я часто чувствую себя вялым, уставшим. Настроение у меня, как правило, угнетенное. Одним людям я нехотя подчиняюсь, другими могу командовать сам. Мне очень трудно сосредоточиться, выполнять работу, связанную с длительным усилием и напряжением, в таких случаях появляется чувство усталости, сонливости. Меня очень беспокоит собственное здоровье. У меня часто появляются опасения, что я болен какой-то болезнью. Иногда меня беспокоят колющие боли в сердце, иногда головная боль. Аппетит у меня плохой. Сплю плохо, долго не могу заснуть, иногда даже хочется принять снотворное, часто вижу кошмарные сны. Сон зачастую не приносит освежения. С утра я вялый и сонливый, но к вечеру состояние улучшается — расхожусь. Подчас мне трудно сдержаться, по малейшему поводу раздражаюсь, кричу, даже плачу. С трудом привыкаю к новому коллективу. Аккуратным меня не назовешь, часто меня упрекают за то, что вещи мои лежат в беспорядке.

Карточка «Е»

Пожалуй, будет правильным сказать про меня, что я — человек робкий, застенчивый, впечатлительный, малодушный. Я очень страдаю, если со мной обращаются грубо, не могу дать отпор, постоять за себя. Людское общество меня утомляет, предпочитаю одиночество. Боюсь темноты, вздрагиваю от малейшего шороха. Не переношу вида крови, меня тошнит при виде нечистот. Не выношу горячих споров, стараюсь избегать скандалов, конфликтов: уж лучше я уступлю. Меня не покидает ощущение собственной неполноценности. Нередко мне кажется, что окружающие меня осуждают. Настроение у меня, как правило, пониженное. Меня очень мучает ощущение того, что я не такой, как все, крайне не уверен в себе, с завистью смотрю на людей сильных, решительных, уверенных в себе. При появлении в большом обществе робею, чувствую себя неловко, краснею, начинаю заикаться. Сон у меня беспокойный, тревожный, полный кошмарных сновидений.

Карточка «Ж»

Основные черты моего характера — крайняя нерешительность, боязливость, постоянная склонность к сомнениям. Самое тяжелое для меня — принять решение. Решившись на что-нибудь, начав уже действовать, я постоянно сомневаюсь: так ли поступаю, то ли я делаю, что хочу; и эти вечные сомнения делают эту работу медленной и мучительной. Люблю, когда меня утешают, не умею обходиться без дружеской поддержки. Боюсь за свое здоровье, беспокоюсь о судьбе своих близких. Постоянные тревоги, опасения, беспокойство — таково содержание моей жизни. Долго не могу решиться, но если на что-нибудь решился, то не успокоюсь сам и не дам

покою окружающим, пока намеченное мной не будет сделано. Я — педант, формалист. Всякое отступление от раз и навсегда заведенного порядка тревожит и сердит меня. Очень стесняюсь и теряюсь, когда на меня обращают внимание. Из-за своей стеснительности я часто боюсь сделать то, что хотел бы. Если, например, мне сделали что-то хорошее, я не решаюсь поблагодарить; если мне делают неподходящее предложение, я не решаюсь отклонить его. Не люблю заниматься физическим трудом, считаю, что неловок, неуклюж. Не приспособлен к борьбе за существование. Склонен к самоанализу, самокопанию. Люблю рассуждать и обсуждать «общие проблемы», которые не имеют ко мне прямого отношения.

Карточка «З»

По характеру я замкнутый, круг моих знакомых мал. В компаниях не могу найти себе места. В обществе людей чувствую себя одиноким. Хотя я замкнут, но иногда, неизвестно почему, могу поделиться своими переживаниями, раскрыться даже случайно понравившемуся мне человеку. Мне бывает трудно понять близких, их горе или радости, а им, в свою очередь, еще труднее понять меня. От знакомых приходилось слышать, что от меня веет холодом, что общаться со мной трудно. Подчас некоторые мои поступки выглядят странными, вызывают удивление окружающих. У меня есть на все свое мнение, и то, что ему не соответствует, я отбрасываю. Люблю настоять на своем, не терплю чужих советов, поступаю по-своему. Меня нередко считают несправедливым, говорят, что я «не знаю середины». Мой внутренний мир, переживания, идеи непонятны окружающим. Я часто вызываю недоумение и улыбки у людей, но это не трогает меня. Использую свою систему образов, слова, которые другими людьми почти не применяются.

Карточка «И»

Я — человек идеи, всю жизнь борюсь то за претворение своего изобретения, то за внедрение какой-либо реформы. Наблюдение за людьми, с которыми мне приходилось сталкиваться, позволяет мне считать себя выше их. Круг моих знакомых состоит из людей, которые разделяют мои взгляды. Я не прощаю людям ни равнодушия к себе, ни несогласия со мной. Живу по принципу: «Кто не со мной, тот против меня». У меня нет причин быть недовольным собой; чувствую себя хорошо, всегда бодр, активен. Если я ставлю перед собой какую-нибудь цель, то всегда добиваюсь ее, если замечаю недостатки, то использую все свои силы, чтобы исправить их в соответствии со своими принципами. Пользуюсь любым способом, чтобы добиться своего: пишу в газеты, выступаю на собраниях. Мои знакомые говорят, что я подчас приношу им страдания, но это неправда: на самом деле во всех своих неудачах виноваты они сами.

Считаю, что людям особенно нельзя доверять, у меня много завистников, недоброжелателей. Из-за их козней мне трудно осуществлять свои идеи, но, несмотря на это, ничто не может меня остановить — ни просьбы, ни угрозы. Жизнь убеждает меня в том, что я всегда оказываюсь прав, и ради этого стоит вести борьбу.

Карточка «К»

Для меня нет других интересов, кроме интересов работы и моих собственных. Меня считают вспыльчивым, хотя я долго сдерживаюсь, но когда уж всплыву, то впадаю в неудержимую ярость. Обидчив, нанесенную обиду помню долго, не упускаю случая рассчитаться за нее. Давно убедился, что если не придираешься, то никто не будет работать. Вокруг такой беспорядок, такая небрежность во всем, распушенность, что я вынужден добиваться установления порядка. Поэтому я строго спрашиваю с других. Требую скрупулезного соблюдения установленного порядка, не прощаю ни одного плохого проступка. Поскольку мне присущи аккуратность и пунктуальность в исполнении работы, то и от других я требую того же. Считаю своим долгом давать советы, не терплю к себе начальственного отношения. Если говорю, объясняю что-либо, то делаю это обстоятельно, медленно, чтобы как можно убедительнее высказаться: терпеть не могу, когда меня прерывают, не дают договорить, торопят. Порой у меня бывает беспричинно тоскливое настроение, и тогда я делаюсь вспыльчивым и раздражительным. На работе меня хвалят и ставят в пример за тщательность и аккуратность. Гибкость в общении с людьми мне не свойственна, привык идти напролом, говорить то, что думаю, хотя сознаю, что из-за этого могут быть неприятности.

Карточка «Л»

Де выношу равнодушного отношения окружающих к себе. Предпочитаю быть в центре внимания, когда с меня берут пример, подражают. Люблю вызывать удивление и восхищение у других. Уж лучше пусть ненавидят меня, чем относятся равнодушно или не замечают. Люблю рассказывать истории, и тем охотнее, чем с большим интересом меня слушают. Считаю, что у меня есть артистические способности. Люблю фантазировать, в моих фантазиях исполняются мои мечты? Я достигаю такого положения, что мне все завидуют и мною восхищаются. Сразу чувствую отношение людей ко мне. Если захочу, то со мною охотно дружат. К сожалению, мне не удалось найти настоящего друга. Я ценю такого приятеля, который всегда внимателен ко мне. Когда я болен, то хочу, чтобы ко мне относились внимательно, ухаживали за мной и даже жалели. Работу люблю увлекающую, такую, чтобы меня ценили и ставили другим в пример. В любви мне наибольшее удовольствие доставляет флирт. Одеваться люблю так, чтобы мною любовались окружающие.

Карточка «М»

Я — человек компанейский, очень скучаю, когда остаюсь один. По обыкновению беру пример со своих более сильных по характеру друзей. Не всегда заканчиваю начатое дело, особенно если меня никто не проверяет и не помогает. Очень люблю всякие развлечения, выпивку в компании друзей. Всегда хочу повеселиться. Вообще мне нравится все то, что запрещено. Мои домашние упрекают меня в том, что я ленив, неаккуратен, беспорядочен, но меня эти упреки мало трогают. Протрезвев, раскаиваюсь в

своих поступках, ругаю себя, но в то же время, подумав, понимаю, что вина моя не так уж велика. Если бы не ряд некоторых обстоятельств, то было бы все иначе. Хотел бы иметь верного друга, который бы меня защищал от бед, иначе я могу пропасть. О будущем своем я думаю мало, особенно в моменты, когда мне весело и хорошо.

Карточка «Н»

Я считаю, что надо жить так, как живут все, не отрываться от коллектива, не отставать от окружающих, но и не забегать вперед. Не люблю оригинальничать. Люблю, чтобы у меня все было, как у людей: хорошая, в меру модная одежда — не такая, чтобы все оборачивались на улице; дома — хорошая обстановка и все необходимое. Стараюсь жить так, чтобы обо мне никто не мог сказать ничего плохого: ни товарищи, ни соседи, ни близкие. Развлекаться люблю как все: если выпить, то в меру и не часто, посидеть в кругу приятелей, посмотреть телевизор. Каких-нибудь особенных развлечений не ищу. Не люблю тех, кто слишком оригинальничает, модничает, ломает устоявшийся порядок, гонится за новизной. Считаю, что мнение большинства всегда правильно и противопоставлять себя большинству плохо и вредно.

Интерпретация результатов

Интерпретация результатов методики производится в соответствии с теми типами характера, которые заняли два первых места. Результаты аутоидентификации необходимо сопоставлять с данными наблюдения, беседы, обобщения независимых характеристик и другими методами научного психологического исследования.

Словесные портреты характерологических типов зашифрованы буквенными обозначениями:

- А — меланхолический;
- Б — гипертимный;
- В — циклоидный;
- Г — эмоционально-лабильный;
- Д — неврастенический;
- Е — сензитивный;
- Ж — психастенический;
- З — шизоидный;
- И — параноидальный;
- К — эпилептоидный;
- Л — истерический;
- М — неустойчивый;
- Н — конформный.

3 ДИАГНОСТИКА ВОЛИ

Волевые черты характера составляют силу характера, его определенность и твердость.

Методика исследования волевой организации личности¹

Инструкция

Вам предлагается ответить на вопросы, направленные на выяснение некоторых особенностей вашей личности и вашего характера (табл. 7). Прочитайте каждое утверждение и в графе ответов поставьте знак «+» против выбранного вами варианта.

Предлагаются следующие варианты ответов: «да», «скорее да, чем нет», «скорее нет, чем да», «нет».

Искренние ответы позволят вам получить верное о себе представление и в будущем учесть как свои слабые, так и сильные стороны характера. И напротив, желание показаться лучше, чем вы есть на самом деле, обернется пустой тратой времени или получением сведений, не соответствующих действительности.

Т а б л и ц а 7 — Образец бланка ответов

Суждение	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет
1. Счастье — это когда повезет				
2. Мои планы на будущее редко оказываются реальными				
3. После того как я уже решился сделать, я, как правило, еще раскачиваюсь, прежде чем начать				
4. Часто из-за лени я откладываю начатую работу				

¹ Твоя профессиональная карьера : учеб. для 8—11 кл. общеобразоват. учреждений / М. С. Гуткин [и др.] ; под ред. С. Н. Чистяковой, Т. И. Шалавиной. М. : Просвещение, 2000. С. 175—182.

Продолжение табл. 7

Суждение	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет
5. Часто я поступаю по первому побуждению «Сделано — и будь, что будет»				
6. Обычно без посторонней помощи я могу оторваться от какого-нибудь соблазна (чтение интересной книги, волнующий телефильм и т. д.) и заняться нужным делом				
7. В спорах о жизни я бываю прав чаще, чем мои друзья				
8. Я уже выбрал для себя дело, которому мог бы посвятить всю свою жизнь				
9. Я редко опаздываю на занятия				
10. Обычно я слишком долго не могу решиться на какое-нибудь дело				
11. Любое дело я стремлюсь довести до конца				
12. Я более других вспыльчив и раздражителен				
13. Я легко заражаюсь настроением других людей				
14. Обычно все у меня получается с первой попытки				
15. Я люблю читать книги о жизни замечательных людей				
16. Мне удалось избавиться от некоторых вредных привычек (постоянно опаздывать, курить и т. д.)				
17. Обо мне могут сказать, что я не из робкого десятка				
18. Я нередко охлаждаю к делу, которое еще недавно казалось мне интересным				
19. При разговоре с человеком, которого я стесняюсь или боюсь, я обычно так волнуясь, что моя речь заметно меняется				

Продолжение табл. 7

Суждение	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет
20. Чаще всего мне нужны подталкивания со стороны, чтобы довести начатое дело до конца				
21. Мне хорошо знакомо чувство лени				
22. Я живу интересной и полноценной жизнью				
23. Мне чаще всего удается выполнять намеченное на день				
24. Я чаще бываю уверенным в себе				
25. У меня много заброшенных дел				
26. Я обладаю выдержкой и хладнокровием				
27. Выслушав доводы одной спорящей стороны, я обычно принимаю ее точку зрения, а после выслушивания другой стороны хотел бы принять противоположную				
28. Мое упрямство иногда мешает мне				
29. Мое будущее представляется мне еще очень неопределенным				
30. Довольно часто я не выполняю обещанного				
31. В новой и незнакомой ситуации я, как правило, теряюсь и робею				
32. Я могу назвать себя человеком с твердым характером				
33. Часто тревожные мысли одолевают меня настолько, что долго не дают заснуть				
34. В отношениях с товарищами я чаще бываю в роли подчиненного, чем начальника				
35. До сих пор еще никому не удавалось вывести меня из терпения				
36. Я могу отнести себя к тем людям, которые ясно видят свое жизненное призвание				

Продолжение табл. 7

Суждение	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет
37. Я хотел бы добиться в жизни многого, но плохо представляю, каким именно образом				
38. Когда я опаздываю на урок или занятие, мне обычно бывает трудно открыть дверь и войти				
39. Упорство — черта моего характера				
40. Как правило, я хозяин своего положения				
41. Мне легче живется, когда кто-нибудь из взрослых контролирует каждый шаг				
42. В своих поступках я полностью независим от других				
43. Меня в жизни интересует то одно, то другое, и трудно чему-либо отдать предпочтение				
44. Мне очень не хватает собранности и аккуратности в делах				
45. Я часто испытываю чувство неуверенности в успехе начатого дела				
46. У меня лени больше, чем у других				
47. Мои собственные эмоции мне часто мешают в жизни				
48. Жить мудрыми мыслями других лучше, чем своими				
49. Я иногда откладываю очень важное начатое дело				
50. Я хотел бы в корне изменить свою жизнь				
51. Я соблюдаю режим дня даже в свободное от учебы время				
52. Отвечая на все эти вопросы, мне нетрудно было выбирать между «да» и «нет»				

Окончание табл. 7

Суждение	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет
53. Я часто, не закончив одного дела, хватаюсь за другое, не закончив другого — за третье и т. д.				
54. Мне, как правило, удается заставить себя сделать малоприятное, но полезное в будущем дело				
55. Я довольно часто делаю что-нибудь со всеми за компанию, даже когда не очень хотел бы это делать				
56. Когда я занят чем-нибудь очень ответственным, мое внимание все равно можно отвлечь				

Обработка результатов

После заполнения опросника перенесите результаты в ключ.

Кружком в таблице-ключе обведите балл, стоящий на том месте, где при заполнении опросника вы поставили знак «+».

Набранные баллы просуммируйте по горизонтали отдельно по каждому критерию:

1. Ценностно-смысловая организация личности (Ц): 1, 8, 15, 22, 29, 36, 43, 50.

2. Организация деятельности (О): 2, 9, 16, 23, 30, 37, 44, 51.

3. Решительность (Р): 3, 10, 17, 24, 31, 38, 45, 52.

4. Настойчивость (Н): 4, 11, 18, 25, 32, 39, 46, 53.

5. Самообладание (С): 5, 12, 19, 26, 33, 40, 47, 54.

6. Самостоятельность (См): 6, 13, 20, 27, 34, 41, 48, 55.

7. Показатель лжи (Л): 7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56.

Для получения общего показателя, характеризующего волевою организацию личности (В), просуммируйте результаты первых шести критериев.

Результат седьмого критерия сюда не входит и рассматривается отдельно.

Тем, кто имеет общий низкий балл (В) или низкую сумму баллов по какому-либо из отдельных факторов (Ц, Н и т. д.), рекомендуется обратить большое внимание на самовоспитание; тем же, у

кого эти показатели высокие, помнить, что без постоянного подкрепления и тренировки данное качество может ослабнуть.

Ключ

Номер вопроса	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет	Номер вопроса	Да	Скорее да, чем нет	Скорее нет, чем да	Нет
1	0	1	2	3	29	0	1	2	3
2	0	1	2	3	30	0	1	2	3
3	0	1	2	3	31	0	1	2	3
4	0	1	2	3	32	3	2	1	0
5	0	1	2	3	33	0	1	2	3
6	0	1	2	3	34	0	1	2	3
7	3	2	1	0	35	3	2	1	0
8	3	2	1	0	36	3	2	1	0
9	3	2	1	0	37	3	2	1	0
10	0	1	2	3	38	0	1	2	3
11	3	2	1	0	39	3	2	1	0
12	0	1	2	3	40	3	2	1	0
13	0	1	2	3	41	0	1	2	3
14	3	2	1	0	42	3	2	1	0
15	3	2	1	0	43	0	1	2	3
16	0	1	2	3	44	0	1	2	3
17	3	2	1	0	45	0	1	2	3
18	0	1	2	3	46	0	1	2	3
19	0	1	2	3	47	0	1	2	3
20	3	2	1	0	48	0	1	2	3
21	0	1	2	3	49	0	1	2	3
22	3	2	1	0	50	0	1	2	3
23	3	2	1	0	51	3	2	1	0
24	3	2	1	0	52	3	2	1	0
25	0	1	2	3	53	0	1	2	3
26	3	2	1	0	54	3	2	1	0
27	0	1	2	3	55	0	1	2	3
28	0	1	2	3	56	0	1	2	3

Интерпретация результатов

0—8 баллов — данное волевое качество нуждается в развитии и тренировке, его неразвитость мешает человеку в достижении поставленных задач.

9—16 баллов — данное волевое качество развито в достаточной мере.

17—24 баллов — волевое качество развито в сильной мере, является одним из определяющих в структуре волевой организации личности. Следует обратить внимание на то, что без достаточного развития остальных факторов постановка каких-то личных целей, пути и способы их достижения могут быть затруднены.

Те, кто набрал 17—24 балла по седьмому фактору (Л), при ответах на вопросы были недостаточно искренни, поэтому полученные результаты не соответствуют действительному положению вещей. Необходимо выполнить опросник еще раз, оценив себя более критично.

Общий показатель (В):

0—48 баллов — волевые качества личности нуждаются в тренировке и развитии. Вам рекомендуется серьезная работа по самовоспитанию. Особое внимание следует уделить тем факторам, по которым у вас наименьшие суммы баллов.

49—96 баллов — волевые качества личности развиты в достаточной мере.

97—144 балла — показатель высокого уровня волевой организации личности, свидетельствующий о способности с достаточной степенью осознанности и чувства реальности определять для себя цели, пути и способы ее достижения. Помните, что всегда есть опасность ослабления волевых качеств.

Тест «Самооценка силы воли» (Н. Н. Обозов)

Назначение

Тест предназначен для обобщенной характеристики проявления силы воли.

Инструкция

На приведенные 15 вопросов можно ответить «да» — 2 балла, «не знаю» или «бывает», «случается» — 1 балл, «нет» — 0 баллов. При ответе необходимо сразу ставить очки.

Опросник

1. В состоянии ли вы завершить начатую работу, которая вам неинтересна, независимо от того, что время и обстоятельства позволяют оторваться от нее и потом снова вернуться к ней?

2. Преодолевали ли вы без особых усилий внутреннее сопротивление, когда нужно было сделать что-то вам неприятное (например, пойти на дежурство в выходной день)?

3. Когда попадаете в конфликтную ситуацию на работе или в быту, в состоянии ли вы взять себя в руки настолько, чтобы взглянуть на нее с максимальной объективностью?

4. Если вам прописана диета, сможете ли вы преодолеть все кулинарные соблазны?

5. Найдете ли вы силы утром встать раньше обычного, как было запланировано вечером?

6. Останетесь ли вы на месте происшествия, чтобы дать свидетельские показания?

7. Быстро ли вы отвечаете на письма?

8. Если у вас вызывает страх предстоящий полет на самолете или посещение зубокабинета, сумеете ли вы без особого труда преодолеть это чувство и в последний момент не изменить своего намерения?

9. Будете ли вы принимать очень простое лекарство, которое вам рекомендовал врач?

10. Сдержите ли вы данное сгоряча обещание, даже если его выполнение принесет вам немало хлопот, являетесь ли вы человеком слова?

11. Без колебаний ли вы отправляетесь в поездку в незнакомый город, если это необходимо?

12. Строго ли вы придерживаетесь распорядка дня: времени пробуждения, приема пищи, занятий, уборки и прочих дел?

13. Относите ли вы неодобрительно к библиотечным задолжникам?

14. Самая интересная телепередача не заставит вас отложить выполнение срочной и важной работы. Так ли это?

15. Сможете ли вы прервать ссору и замолчать, какими бы обидными не казались вам слова противоположной стороны?

Обработка и интерпретация результатов

Подсчитывается сумма набранных баллов:

0—12 баллов — сила воли слабая;

13—21 балл — сила воли средняя;
22—30 баллов — сила воли высокая.

Опросник для оценки терпеливости ¹

Инструкция

Ответьте, согласны ли вы с предложенными вам утверждениями. Если согласны, то рядом поставьте знак «+», если не согласны, то знак «-».

Опросник

1. Если я устаю при выполнении трудной работы, то сразу ее бросаю.
2. У меня не хватает терпения дочитать до конца скучный рассказ.
3. Я очень не люблю стоять в длинных очередях и часто ухожу из них, не достояв до конца.
4. Я могу долго терпеть боль, например, когда болит зуб.
5. Обычно я могу долго переносить жажду.
6. Я бы не выдержал длительной голодовки, например, чтобы похудеть, вылечить от болезни.
7. Когда на уроке физкультуры я устаю, то быстро перестаю выполнять упражнения.
8. Я редко бросаю скучную работу, не доведя ее до конца.
9. Обычно меня трудно заставить работать «через не могу».
10. Я не бросаю работу на половине пути, несмотря на усталость.
11. Мне нравится такая физическая работа, в которой я должен пересилить себя, чтобы выполнить задание.
12. Я с уверенностью могу сказать, что я терпеливый.
13. Несмотря на усталость, я стараюсь изо всех сил поддержать при беге высокий темп.
14. Меня раздражает, когда на остановке приходится долго ждать транспорт, даже когда я не тороплюсь.
15. Я не терпелив к боли.
16. Я не хочу считать себя слабовольным, поэтому каждый раз стараюсь довести тяжёлую физическую работу до конца.

¹ Практикум по возрастной психологии / под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб. : Речь, 2002. С. 532.

17. Я действую по принципу: «Взялся за гуж, не говори, что не дюж».

18. Я не считаю, что «терпение и труд все перетрут»; работать надо с умом, а не переутомляться.

Ключ

По одному баллу начисляется за ответы «да» по позициям: 4, 5, 8, 10, 11, 12, 13, 16, 17 и за ответы «нет» по позициям: 1, 2, 3, 6, 7, 9, 14, 15, 18.

Обработка и интерпретация результатов

Подсчитывается общая сумма баллов. Оценка своей терпеливости низкая, если отвечавший набирает до 6 баллов включительно, и высокая, если отвечавший набирает 12 баллов и больше.

Опросник для оценки своего упорства¹

Инструкция

Вам предлагается ряд ситуаций. Представьте себя в этих ситуациях и оцените, насколько они для вас характерны. Если вы согласны с утверждением, поставьте знак «+», если не согласны — знак «-».

Опросник

1. Если это необходимо, я до конца выполняю даже скучную, однообразную работу.
2. Обычно я работаю до тех пор, пока есть желание.
3. Мне нравится решать трудные задачи, головоломки, все то, что называют «трудным орешком».
4. Даже если в работе не все получается, стараюсь продолжить начатое дело.
5. Я много раз пытался планировать свой день, но не смог выполнить намеченного.
6. По возможности я избегаю трудной работы.
7. Если у меня что-то не получается, я делаю это еще и еще раз.
8. Установив распорядок дня, я тщательно его соблюдаю, даже когда мне этого не хочется.

¹ Практикум по возрастной психологии / под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб. : Речь, 2002. С. 533.

9. При затруднении я часто начинаю сомневаться, стоит ли продолжать начатую работу.

10. Если мне кто-то не позволяет сделать то, что я хочу, я все равно стараюсь выполнить задуманное.

11. Когда что-то не ладится, я нетерпелив и готов послать все к черту.

12. Когда я играю в шахматы или другую игру, то сопротивляюсь до последней возможности.

13. В споре я чаще всего не стараюсь переубедить других.

14. Всегда стараюсь до конца выполнить порученное мне дело, несмотря на возникающие трудности.

15. Я всегда отстаиваю свое мнение, если уверен, что прав.

16. При решении трудной задачи я стараюсь сам разобраться в ней, а не надеюсь на помощь других.

17. В споре я обычно тушуюсь перед напором оппонента. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я могу работать сколько угодно, даже если мне будут мешать.

Ключ

По одному баллу начисляется за ответы «да» по позициям: 1, 3, 4, 7, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18 и за ответы «нет» по позициям: 2, 5, 6, 9, 11, 13, 17.

Чем больше баллов наберет обследуемый, тем выше у него упорство.

Опросник для оценки своей настойчивости¹

Инструкция

Вам предлагается ряд ситуаций. Представьте себя в этих ситуациях и оцените, насколько они для вас характерны. Если вы согласны с утверждением, поставьте знак «+», если не согласны — знак «-».

Опросник

1. Я уже определил свою цель на будущее и готовлюсь к ее достижению.

2. Я систематически стремлюсь к намеченной цели, какой бы далекой она ни была.

¹ Практикум по возрастной психологии / под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб. : Речь, 2002. С. 534.

3. У меня обычно пропадает желание добиваться далекой цели, если что-нибудь этому препятствует.

4. Даже при неудачах я уверен, что все равно добьюсь своего.

5. Я стараюсь не ставить перед собой очень далеких целей, так как считаю, что легче жить сегодняшним днем.

6. Я несколько раз пытался заниматься самосовершенствованием, но из этого так ничего и не вышло.

7. Неудачи выбивают меня из колеи, и я отказываюсь от намерения достичь чего-нибудь значительного.

8. Если уж я поставил перед собой важную для меня цель, то меня трудно остановить.

9. Поражение побуждает меня действовать с удвоенной силой.

10. Я много раз пытался спланировать свою неделю, но так и не смог выполнить намеченного из-за плохой самоорганизованности.

11. При возникновении трудностей я начинаю сомневаться, стоит ли продолжать начатое.

12. Мне часто бывает трудно довести дело до конца, особенно если для этого требуются недели и месяцы.

13. Мои близкие считают меня одержимым.

14. Я испытываю большое удовлетворение, когда добиваюсь намеченного вопреки имевшимся трудностям.

15. Я часто бросаю на половине пути начатые дела, теряя к ним интерес.

16. Я умею ждать и терпеть, поэтому отдаленные цели меня не пугают.

17. Препятствия лишь раздражают меня, делают мои решения более твердыми.

18. Лень, а не сомнения в успехе вынуждают меня слишком часто отказываться от достижения цели.

Ключ

По одному баллу начисляется за ответы «да» по позициям: 1, 2, 4, 8, 9, 13, 14, 17 и за ответы «нет» по позициям: 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15, 18.

Чем больше сумма набранных по всем позициям баллов, тем больше у обследованного выражена самооценка настойчивости, свидетельствующая о его склонности доводить начатое дело до конца.

Тест «Волевая саморегуляция» (А. В. Зверьков, Е. В. Эйдман)

Назначение

Данная методика предназначена для изучения уровня развития волевой саморегуляции. Ее можно использовать, начиная с подросткового возраста.

Описание методики

В самом общем виде **под уровнем волевой саморегуляции** понимается мера овладения собственным поведением в различных ситуациях, способность сознательно управлять своими действиями, состояниями и побуждениями.

Уровень развития волевой саморегуляции может быть охарактеризован в целом и отдельно по таким свойствам характера, как настойчивость и самообладание.

Исследование волевой саморегуляции с помощью теста-опросника проводится либо с одним испытуемым, либо с группой. Чтобы обеспечить независимость ответов испытуемых, каждый получает бланк для ответов, на котором напечатаны номера вопросов и рядом с ними графа для ответа.

Данная методика позволяет определить особенности общей волевой саморегуляции испытуемого, его настойчивости и самообладания. Включает 30 утверждений.

Инструкция

Вам предлагается тест, содержащий 30 утверждений. Внимательно прочитайте каждое и решите, верно или неверно данное утверждение по отношению к вам. Если верно, то в бланке ответов (рис. 7) против номера данного утверждения поставьте знак «+», а если сочтете, что оно по отношению к вам неверно, то знак «-».

Опросник

1. Если что-то не клеится, у меня нередко появляется желание бросить это дело.
2. Я не отказываюсь от своих планов и дел, даже если придется выбирать между ними и приятной компанией.
3. При необходимости мне нетрудно сдержать вспышку гнева.

Ф. И. О. _____
Возраст _____
Класс (группа) _____
Дата _____

Номер суждения	Ответ	Номер суждения	Ответ
1		16	
2		17	
...		...	
15		30	

Рисунок 7 — Образец бланка ответов

4. Обычно я сохраняю спокойствие в ожидании опаздывающего к назначенному времени приятеля.

5. Меня трудно отвлечь от начатой работы.

6. Меня сильно выбивает из колеи физическая боль.

7. Я всегда стараюсь выслушать собеседника, не перебивая, даже если не терпится ему возразить.

8. Я всегда «гну» свою линию.

9. Если надо, я могу не спать ночь напролет (например, на работе, дежурстве) и весь следующий день быть в «хорошей форме».

10. Мои планы слишком часто перечеркиваются внешними обстоятельствами.

11. Я считаю себя терпеливым человеком.

12. Мне не так-то просто заставить себя хладнокровно наблюдать волнующее зрелище.

13. Мне редко удается заставить себя продолжать работу после серии обидных неудач.

14. Если я отношусь к кому-то плохо, мне трудно скрывать свою неприязнь к нему.

15. При необходимости я могу заниматься своим делом в неудобной и неподходящей обстановке.

16. Мне сильно осложняет работу сознание того, что ее необходимо, во что бы то ни стало сделать к определенному сроку.

17. Считаю себя решительным человеком.

18. С физической усталостью я справляюсь легче, чем другие.

19. Лучше подождать только что ушедший лифт, чем подниматься по лестнице.
20. Испортить мне настроение не так-то просто.
21. Иногда какой-то пустяк овладевает моими мыслями, не дает покоя, я никак не могу от него отделаться.
22. Мне труднее сосредоточиться на задании или работе, чем другим.
23. Меня трудно переспорить.
24. Я всегда стремлюсь довести начатое дело до конца.
25. Меня легко отвлечь от дел.
26. Я иногда замечаю, что пытаюсь добиться своего вопреки объективным обстоятельствам.
27. Люди порой завидуют моему терпению и дотошности.
28. Мне трудно сохранить спокойствие в стрессовой ситуации.
29. Я замечаю, что во время монотонной работы невольно начинаю изменять способ действия, даже если это порой приводит к ухудшению результатов.
30. Меня обычно сильно раздражает, когда «перед носом» захлопываются двери уходящего транспорта или лифта.

Обработка результатов

1. Определите величины индексов волевой саморегуляции по пунктам общей шкалы (В) и по субшкалам «Настойчивость» (Н) и «Самообладание» (С).

Каждый индекс — это сумма баллов, полученная при подсчете совпадений ответов испытуемого с ключом общей шкалы или субшкал.

Опросник состоит из шести маскированных утверждений. Поэтому общий суммарный балл по общей шкале должен находиться в диапазоне от 0 до 24, по субшкале «настойчивость» — от 0 до 16 и по субшкале «самообладание» — от 0 до 13.

2. Определите уровни волевой саморегуляции в сопоставлении со средними значениями каждой из шкал. Если они составляют больше половины максимально возможной суммы совпадений, то данный показатель отражает высокий уровень развития общей саморегуляции, настойчивости или самообладания.

Для общей шкалы (В) эта величина равна 12, для шкалы «Настойчивость» (Н) — 8, для шкалы «Самообладание» (С) — 6.

Ключ

Общая шкала: -1, +2, +3, +4, +5, -6, +7, +9, -10, +11, -13, -14, -16, +17, +18, +20, -21, -22, +24, -25, +27, -28, -29, -30.

Шкала «Настойчивость»: -1, +2, +5, -6, +9, -10, +11, -13, -16, +17, +18, +20, -22, +24, -25, +27.

Шкала «Самообладание»: +3, +4, +5, +7, -13, -14, -16, -21, +24, +27, -28, -29, -30.

Интерпретация результатов

Высокий балл по *общей шкале* характерен для лиц эмоционально зрелых, активных, независимых, самостоятельных.

Их отличает спокойствие, уверенность в себе, устойчивость намерений, реалистичность взглядов, развитое чувство долга. Как правило, они хорошо рефлексируют личные мотивы, планомерно реализуют возникшие намерения, умеют распределять усилия и способны контролировать свои поступки, обладают выраженной социально-позитивной направленностью. В предельных случаях у них возможно нарастание внутренней напряженности, связанной со стремлением проконтролировать каждый нюанс собственного поведения и тревогой по поводу малейшей его спонтанности.

Низкий балл наблюдается у людей чувствительных, эмоционально неустойчивых, ранимых, неуверенных в себе. Рефлексивность у них невысока, а общий фон активности, как правило, снижен. Им свойственна импульсивность и неустойчивость намерений. Это может быть связано как с незрелостью, так и с выраженной утонченностью натуры, не подкрепленной способностью к рефлексии и самоконтролю.

Субшкала «Настойчивость» характеризует силу намерений человека — его стремление к завершению начатого дела. На положительном полюсе — деятельные, работоспособные люди, активно стремящиеся к выполнению намеченного, их мобилизируют преграды на пути к цели, но отвлекают альтернативы и соблазны, главная их ценность — начатое дело. Таким людям свойственно уважение к социальным нормам, стремление полностью подчинить им свое поведение. В крайнем выражении возможна утрата гибкости поведения, появление маниакальных тенденций. Низкие значения по данной шкале свидетельствуют о повышенной лабильности, неуверенности, импульсивности, которые могут при-

водить к непоследовательности и даже «разбросанности» поведения. Сниженный фон активности и работоспособности, как правило, компенсируется у таких лиц повышенной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью, а также тенденцией к свободной трактовке социальных норм.

Субшкала «Самообладание» отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний. Высокий балл по данной субшкале набирают люди эмоционально устойчивые, хорошо владеющие собой в различных ситуациях. Свойственное им внутреннее спокойствие, уверенность в себе освобождает от страха перед неизвестностью, повышает готовность к восприятию нового, неожиданного и, как правило, сочетается со свободой взглядов, тенденцией к новаторству и радикализму. Вместе с тем стремление к постоянному самоконтролю, чрезмерное сознательное ограничение спонтанности может приводить к повышению внутренней напряженности, преобладанию постоянной озабоченности и утомляемости.

На другом полюсе данной субшкалы — спонтанность и импульсивность в сочетании с обидчивостью и предпочтением традиционных взглядов ограждают человека от интенсивных переживаний и внутренних конфликтов, способствуют невозмутимому фону настроения.

Социальная желательность высоких показателей по шкале неоднозначна. Высокие уровни развития волевой саморегуляции могут быть связаны с проблемами в организации жизнедеятельности и отношениях с людьми. Часто они отражают появление дезадаптивных черт и форм поведения. В отличие от них низкие уровни настойчивости и самообладания в ряде случаев выполняют компенсаторные функции. Но также свидетельствуют о нарушениях в развитии свойств личности и ее умении строить отношения с другими людьми и адекватно реагировать на те или иные ситуации. Получив информацию об осознаваемых особенностях саморегуляции, можно разработать программу совершенствования, отметив те свойства, которые в первую очередь нуждаются в развитии или коррекции.

4 ДИАГНОСТИКА МОТИВАЦИОННО-ПОТРЕБНОСТНОЙ СФЕРЫ И НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ

Мотивация занимает ведущее место в структуре личности и является одним из основных понятий, которое используется для объяснения движущих сил поведения, деятельности. Процесс теоретического осмысления явлений мотивации далек от своего завершения. Это отражается как в непрекращающемся росте публикаций на эту тему, так и в многозначности трактовок основных понятий этой области (мотив и потребность). Так, в отечественных работах мотив понимается и как осознанная потребность (Ковалёв А. Г., 1965), и как предмет потребности (Леонтьев А. П., 1975) и отождествляется с потребностью (Симонов П. В., 1981).

Мотив — побуждения к деятельности, связанные с удовлетворением потребностей субъекта; совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих ее направленность; побуждающий и определяющий выбор направленности деятельности; осознаваемая причина, лежащая в основе выбора действий и поступков личности; материальный или идеальный предмет, который побуждает и направляет на себя деятельность или поступок, ради которого они осуществляются [23, с. 219].

В содержании мотива можно выделить как специфическое, индивидуально-неповторимое, определяемое конкретной ситуацией, так и устойчивое, для которого данный конкретный предмет или явление не более чем одна из возможных форм воплощения. Такое устойчивое предметное содержание характеризует уже не столько сам предмет потребности, сколько личность, испытывающую эту потребность.

Понятие мотивации употребляется в двух смыслах:

1) **мотивация** — система факторов, вызывающая активность организма и определяющая направленность поведения человека. В нее включаются такие образования, как потребности, мотивы, намерения, интересы, стремления;

2) **мотивация** — характеристика процесса, обеспечивающего поведенческую активность на определенном уровне [16, с. 180].

Мотивация не только определяет (детерминирует) деятельность человека, но и буквально пронизывает большинство сфер его

психической деятельности. Х. Хекхаузен (1986) различал мотив и мотивацию следующим образом. Понятие «мотив» включает, по его мнению, такие понятия, как потребность, побуждение, влечение, склонность, стремление и т. д. Мотив задается целевым состоянием отношения «индивид — среда». Мотивы формируются в процессе индивидуального развития как относительно устойчивые оценочные отношения человека к окружающей среде. Люди различаются по индивидуальным проявлениям характера и силе тех или иных мотивов. Поведение человека в определенный момент мотивируется не любыми или всеми возможными мотивами, а тем из самых высоких мотивов, которые при данных условиях больше всех связаны с возможностью достижения цели (например, действенный мотив). Мотив остается действенным, т. е. участвует в мотивации поведения до тех пор, пока не будет достигнута цель либо изменившиеся условия не сделают другой мотив более насущным для данного человека.

В отличие от мотива Х. Хекхаузен определяет мотивацию как побуждение к действию определенным мотивом. Мотивация понимается как процесс выбора между различными возможными действиями, как процесс, регулирующий и направляющий действие на достижение специфических для данного мотива состояний и поддерживающий эту направленность. О деятельности говорят, что она мотивирована тогда, когда направлена на достижение цели конкретного мотива. От мотивации зависит, как и в каком направлении будут использованы различные функциональные способности человека, его интересы и устремления.

Диагностика определенного мотива однозначно не обуславливает диагностику соответствующего ему вида мотивации. Необходимо учитывать вклад детерминант конкретной ситуации. Таким образом, интенсивность актуальной мотивации складывается из интенсивности латентного мотива и интенсивности ситуационных детерминант мотивации. Эта особенность используется в экспериментальных и диагностических процедурах, когда через разные типы инструкций пытаются актуализировать разные типы и уровни мотивации в экспериментальной ситуации.

Существуют *типы мотивов*: достижения успеха; избегания неудач; аффилиации; отвергания; власти; агрессивности.

Наиболее важным из мотивационных понятий является понятие «потребности». **Потребность** — состояние нужды в чем-либо, которое активизирует организм, направляет его на поиск того, что в данный момент необходимо организму [16, с. 180].

Потребности, мотивы, цели — основные составляющие мотивационной сферы человека. Каждая из потребностей может быть реализована во многих мотивах, каждый мотив может быть удовлетворен различной совокупностью целей. Кроме того, в качестве побудителей человеческого поведения рассматриваются интересы, желания и намерения.

В психодиагностике мотивации выделяют три *основные группы методов*: прямые, косвенные (личностные опросники) и проективные. В основу *прямых методов* положена прямая оценка представлений человека о причинах или особенностях поведения, интересах и т. д. (когнитивная репрезентация). По этим методам можно судить скорее о «кажущихся мотивах», причинных стереотипах, ценностных ориентациях, чем о реально действующих мотивах поведения и деятельности. В опросниках предлагаются утверждения, касающиеся некоторых поведенческих характеристик, которые прямо не соответствуют мотивам, но эмпирически связаны с ними.

Опросники мотивов — подгруппа личностных опросников, ориентированных на диагностику потребностно-мотивационной сферы личности, позволяющих определить, на что направлена активность индивида [28, с. 411]. В них мотивы рассматриваются как причины выбора направленности поведения. Основная проблема измерения мотивации с помощью опросников связана со снижением объективности ответов из-за действия фактора социальной желательности или защитной мотивации.

Опросник для измерения мотивации достижения (Resultant Achievement Motivation Test — RAM) А. Мехрабиана имеет две формы: для мужчин и для женщин. Он построен на основе теории мотивации достижения Дж. Аткинсона. При подборе его пунктов учитывались индивидуальные различия людей с мотивом стремления к успеху и избегания неудачи в поведении, определяемом мотивацией достижения. Рассматривались особенности уровня притязаний, эмоциональная реакция на успех и неудачу, различия в ориентации на будущее, фактор зависимости-независимости в межличностных отношениях. Пункты опросника построены в

форме сравнительных утверждений, поэтому выявляют результирующую тенденцию мотивации достижения, образуемую как разницу в проявлениях мотивов стремления к успеху и избегания неудач. Высокие показатели означают тенденцию достижения, а низкие — тенденцию избегания. При конструировании опросника был использован метод факторного анализа, и в окончательном варианте обе шкалы содержат по 26 пунктов. Эта методика очень популярна в различных странах и особенно часто используется при исследовании познавательных компонентов мотивации достижения. Психометрические показатели опросника оцениваются как удовлетворительные [18, с. 112].

Мотивация диагностируется преимущественно проективными техниками. **Проективные методики диагностики потребностей и мотивов** — подгруппа проективных методик, ориентированных на диагностику потребностно-мотивационной сферы личности, позволяющие определить на что направлена активность индивида [28, с. 415]. В таких опросниках потребности и мотивы рассматриваются как причины выбора направленности поведения. Проективные методы мотивации построены на анализе продуктов воображения и фантазии. Они основаны на исследованиях влияния мотивации на воображение и перцепцию. Проективные методы используются для диагностики глубинных мотивационных образований, особенно неосознаваемых мотивов. **Тест юмористических фраз (ТЮФ)** — оригинальная, компактная методика диагностики мотивационной сферы личности, соединяющая в себе достоинства стандартизованного измерительного теста и индивидуализированной проективной техники.

Методика диагностики личности на мотивацию к избеганию неудач (Т. Элерс)

Инструкция

Вам предлагается список слов из 30 строк. В каждой строке отметьте только одно из трех слов, которое наиболее точно вас характеризует (рис. 8).

1. Смелый	Бдительный	Предприимчивый	
2. Кроткий	Робкий	Упрямый	
3. Осторожный	Решительный	Пессимистичный	
4. Непостоянный	Бесцеремонный	Внимательный	
5. Неумный	Трусливый	Недумающий	
6. Ловкий	Бойкий	Предусмотрительный	
7. Хладнокровный	Колеблющийся	Удалой	
8. Стремительный	Легкомысленный	Боязливый	
9. Незадумывающийся	Жеманный	Непредусмотрительный	
10. Оптимистичный	Добросовестный	Чуткий	
11. Меланхолический	Сомневающийся	Неустойчивый	
12. Трусливый	Небрежный	Взволнованный	
13. Опрометчивый	Тихий	Боязливый	
14. Внимательный	Неблагоразумный	Смелый	
15. Рассудительный	Быстрый	Мужественный	
16. Предприимчивый	Осторожный	Предусмотрительный	
17. Взволнованный	Рассеянный	Робкий	
18. Малодушный	Неосторожный	Бесцеремонный	
19. Пугливый	Нерешительный	Нервный	
20. Исполнительный	Преданный	Авантюрный	
21. Предусмотрительный	Бойкий	Отчаянный	
22. Укрощенный	Безразличный	Небрежный	
23. Осторожный	Беззаботный	Терпеливый	
24. Разумный	Заботливый	Храбрый	
25. Предвидящий	Неустршимый	Добросовестный	
26. Поспешный	Пугливый	Беззаботный	
27. Рассеянный	Опрометчивый	Пессимистичный	
28. Осмотрительный	Рассудительный	Предприимчивый	
29. Тихий	Неорганизованный	Боязливый	
30. Оптимистичный	Бдительный	Беззаботный	

Рисунок 8 — Образец бланка теста

Обработка результатов

Вы получаете по одному баллу за следующие выборы, приведенные в ключе (первая цифра перед чертой означает номер строки, вторая цифра после черты — номер столбца, в котором нужно слово. Например, 1/2 означает, что слово, получившее 1 балл в первой строке, во втором столбце — «бдительный»). Другие выборы баллов не получают.

Ключ

1/2; 2/1; 2/2; 3/1; 3/3; 4/3; 5/2; 6/3; 7/2; 7/3; 8/3; 9/1; 9/2; 10/2; 11/1; 11/2; 12/1; 12/3; 13/2; 13/3; 14/1; 15/1; 16/2; 16/3; 17/3; 18/1; 19/1; 19/2; 20/1; 20/2; 21/1; 22/1; 23/1; 23/ 3; 24/1; 24/2; 25/1; 26/2; 27/3; 28/1; 28/2; 29/1; 29/3; 30/2.

Чем больше сумма баллов, тем выше уровень мотивации к избеганию неудач, защите.

Подсчитывается сумма набранных баллов:

от 2 до 10 баллов — низкая мотивация к защите;

от 11 до 16 баллов — средний уровень мотивации;

от 17 до 20 баллов — высокий уровень мотивации;

свыше 20 баллов — слишком высокий уровень мотивации к избеганию неудач, защите.

Интерпретация результатов

Исследования Д. Мак-Клелланда показали, что люди с высоким уровнем защиты, т. е. страхом перед несчастными случаями, чаще попадают в подобные неприятности, чем те, которые имеют высокую мотивацию на успех. Исследования показали также, что люди, которые боятся неудач (высокий уровень защиты), предпочитают малый или, наоборот, чрезмерно большой риск, где неудача не угрожает престижу.

Усиливают установку на защитное поведение два обстоятельства: первое — когда без риска удастся получить желаемый результат; второе — когда рискованное поведение ведет к несчастному случаю. Достижение же безопасного результата при рискованном поведении, наоборот, ослабляет установку на защиту, т. е. мотивацию к избеганию неудач.

Методика диагностики личности на мотивацию к успеху (Т. Элерс)

Инструкция

Вам будет предложен 41 вопрос, на каждый из которых ответьте «да» или «нет».

Опросник

1. Когда имеется выбор между двумя вариантами, его лучше сделать быстрее, чем отложить на определенное время.
2. Я легко раздражаюсь, когда замечаю, что не могу на все 100% выполнить задание.
3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я все ставлю на карту.
4. Когда возникает проблемная ситуация, я чаще всего принимаю решение одним из последних.
5. Когда у меня два дня подряд нет дела, я теряю покой.
6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.
7. По отношению к себе я более строг, чем по отношению к другим.
8. Я более доброжелателен, чем другие.
9. Когда я отказываюсь от трудного задания, потом сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нем я добился бы успеха.
10. В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.
11. Усердие — это не основная моя черта.
12. Мои достижения в труде не всегда одинаковы.
13. Меня больше привлекает другая работа, чем та, которой я занят.
14. Порицание стимулирует меня сильнее, чем похвала.
15. Я знаю, что мои коллеги считают меня дельным человеком.
16. Препятствия делают мои решения более твердыми.
17. У меня легко вызвать честолюбие.
18. Когда я работаю без вдохновения, это обычно заметно.
19. При выполнении работы я не рассчитываю на помощь других.
20. Иногда я откладываю то, что должен был сделать сейчас.
21. Нужно полагаться только на самого себя.
22. В жизни мало вещей, более важных, чем деньги.
23. Всегда, когда мне предстоит выполнить важное задание, я ни о чем другом не думаю.
24. Я менее честолюбив, чем многие другие.

25. В конце отпуска я обычно радуюсь, что скоро выйду на работу.

26. Когда я расположен к работе, я делаю ее лучше и квалифицированнее, чем другие.

27. Мне проще и легче общаться с людьми, которые могут упорно работать.

28. Когда у меня нет дел, я чувствую, что мне не по себе.

29. Мне приходится выполнять ответственную работу чаще, чем другим.

30. Когда мне приходится принимать решение, я стараюсь делать это как можно лучше.

31. Мои друзья иногда считают меня ленивым.

32. Мои успехи в какой-то мере зависят от моих коллег.

33. Бессмысленно противодействовать воле руководителя.

34. Иногда не знаешь, какую работу придется выполнять.

35. Когда что-то не ладится, я нетерпелив.

36. Я обычно обращаю мало внимания на свои достижения.

37. Когда я работаю вместе с другими, моя работа дает большие результаты, чем работы других.

38. Много, за что я берусь, я не довожу до конца.

39. Я завидую людям, которые не загружены работой.

40. Я не завидую тем, кто стремится к власти и положению.

41. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я иду вплоть до крайних мер.

Ключ

Вы получаете по одному баллу за ответы «да» на следующие вопросы: 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41. Вы также получаете по одному баллу за ответы «нет» на вопросы: 6, 19, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39. Ответы на вопросы 1, 11, 12, 19, 28, 33, 34, 35, 40 не учитываются.

Подсчитайте сумму набранных баллов:

от 1 до 10 баллов — низкая мотивация к успеху;

от 11 до 16 баллов — средний уровень мотивации;

от 17 до 20 баллов — умеренно высокий уровень мотивации;

свыше 21 балла — слишком высокий уровень мотивации к успеху.

Интерпретация результатов

Исследования показали, что люди, умеренно и сильно ориентированные на успех, предпочитают средний уровень риска. Те же, кто боится неудач, предпочитают малый или, наоборот, слишком большой уровень риска. Чем выше мотивация человека к успеху — достижению цели, тем ниже готовность к риску. При этом мотивация к успеху влияет и на надежду на успех: при сильной мотивации к успеху надежды на успех обычно скромнее, чем при слабой мотивации к успеху.

К тому же людям, мотивированным на успех и имеющим большие надежды на него, свойственно избегать высокого риска.

Измерение мотивации достижения (модификация теста А. Мехрабиана)

Назначение

Модификация теста-опросника А. Мехрабиана для измерения мотивации достижения (ТМД), предложенная М. Ш. Магомед-Эминовым. ТМД предназначен для диагностики двух обобщенных устойчивых мотивов личности: стремления к успеху и избегания неудачи. При этом оценивается, какой из них у испытуемого доминирует. Методика применяется для исследовательских целей при диагностике мотивации достижения у старших школьников и студентов. Тест представляет собой опросник, имеющий две формы — мужскую (форма А) и женскую (форма Б).

Инструкция

Тест состоит из ряда утверждений, касающихся отдельных сторон характера, а также мнений и чувств по поводу некоторых жизненных ситуаций. Чтобы оценить степень вашего согласия или несогласия с каждым из утверждений, используйте следующую шкалу:

- +3 полностью согласен;
- +2 согласен;
- +1 скорее согласен, чем не согласен;
- 0 нейтрален;
- 1 скорее не согласен, чем согласен;
- 2 не согласен;
- 3 полностью не согласен.

Прочтите утверждение теста и оцените степень своего согласия (или несогласия). При этом на бланке для ответов (рис. 9) против номера утверждения поставьте цифру, которая соответствует степени вашего согласия (+3, +2, +1, 0, -1, -2, -3).

Давайте тот ответ, который первым приходит вам в голову. Не тратьте времени на его обдумывание.

При обработке результатов производится подсчет баллов по определенной системе, а не анализ содержания отдельных ответов. Результаты теста будут использоваться только для научных целей, и дается полная гарантия о неразглашении полученных данных. Если у вас возникли какие-то вопросы, задайте их прежде, чем выполнять тест. Теперь приступайте к работе!

Опросник

Форма А

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасуюсь получения плохой.

2. Если бы я должен был выполнить сложное, незнакомое мне задание, то предпочел бы сделать его вместе с кем-нибудь, чем трудиться над ним в одиночку.

3. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверен, что смогу их решить, чем за легкие, в решении которых сомневаюсь.

Профессия _____ Пол _____ Возраст _____

Номер суждения	Вариант ответа						
	Полностью согласен	Согласен	Скорее согласен, чем не согласен	Нейтрален	Скорее не согласен, чем согласен	Не согласен	Полностью не согласен
1							
...							
32							

Рисунок 9 — Образец бланка ответов

4. Меня больше привлекает дело, которое не требует напряжения и в успехе которого я уверен, чем трудное дело, в котором возможны неожиданности.

5. Если бы у меня что-то не выходило, я скорее приложил бы все силы, чтобы с этим справиться, чем перешел бы к тому, что у меня может хорошо получиться.

6. Я предпочел бы работу, в которой мои функции четко определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я должен сам определять свою роль.

7. Я трачу больше времени на чтение специальной литературы, чем художественной.

8. Я предпочел бы важное трудное дело, хотя вероятность неудачи в нем равна 50%, делу достаточно важному, но не трудному.

9. Я скорее выучу развлекательные игры, известные большинству людей, чем редкие игры, которые требуют мастерства и известны немногим.

10. Для меня очень важно делать свою работу как можно лучше, даже если из-за этого у меня возникают трения с товарищами.

11. Если бы я собрался играть в карты, то скорее сыграл бы в развлекательную игру, чем трудную, требующую размышлений.

12. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, чем те, где все участники приблизительно равны по своим возможностям.

13. В свободное от работы время я овладею техникой какой-нибудь игры скорее для развития своего умения, чем для отдыха и развлечений.

14. Я скорее предпочту сделать какое-то дело так, как я считаю нужным, пусть даже с 50% риска ошибиться, чем делать его, как мне советуют другие.

15. Если бы мне пришлось выбирать, то я скорее выбрал бы работу, в которой начальная зарплата будет 100 р. и может остаться в таком размере неопределенное время, чем работу, в которой начальная зарплата равна 80 р., и есть гарантия, что не позднее, чем через 5 лет я буду получать более 180 р.

16. Я скорее стал бы играть в команде, чем соревноваться один на один.

17. Я предпочитаю работать, не щадя сил, пока не получу полного удовлетворения от полученного результата, чем стремиться закончить дело побыстрее и с меньшим напряжением.

18. На экзамене я предпочел бы конкретные вопросы по пройденному материалу, вопросам, требующим для ответа высказывания своего мнения.

19. Я скорее выбрал бы дело, в котором имеется некоторая вероятность неудачи, но есть и возможность достигнуть большего, чем такое, в котором мое положение не ухудшится, но и существенно не улучшится.

20. После успешного ответа на экзамене я скорее с облегчением вздохну, что «пронесло», чем порадуюсь хорошей оценке.

21. Если бы я мог вернуться к одному из двух незавершенных дел, то я скорее вернулся бы к трудному, чем к легкому.

22. При выполнении контрольного задания я больше беспокоюсь о том, как бы не допустить какую-нибудь ошибку, чем думаю о том, как правильно его решить.

23. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-либо за помощью, чем стану сам продолжать искать выход.

24. После неудачи я скорее становлюсь еще более собранным и энергичным, чем теряю всякое желание продолжать дело.

25. Если есть сомнение в успехе какого-либо начинания, то я скорее не стану рисковать, чем все-таки приму в нем активное участие.

26. Когда я берусь за трудное дело, я больше опасюсь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.

27. Я работаю эффективнее под чьим-то руководством, чем когда несу за свою работу личную ответственность.

28. Мне больше нравится выполнять сложное незнакомое задание, чем то, в успехе которого я уверен.

29. Я работаю продуктивнее над заданием, когда мне конкретно указывают, что и как выполнять, чем тогда, когда передо мной ставят задачу лишь в общих чертах.

30. Если бы я успешно решил какую-то задачу, то с большим удовольствием взялся бы еще раз решить аналогичную задачу, чем перешел бы к задаче другого типа.

31. Когда нужно соревноваться, у меня скорее возникает интерес и азарт, чем тревога и беспокойство.

32. Пожалуй, я больше мечтаю о своих планах на будущее, чем пытаюсь их реально осуществить.

Форма Б

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасюсь получения плохой.

2. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверена, что смогу их решить, чем за легкие, которые знаю, как решать.

3. Меня больше привлекает дело, которое не требует напряжения, и в успехе которого я уверена, чем трудное дело, в котором возможны неожиданности.

4. Если бы у меня что-то не выходило, я скорее приложила бы все силы, чтобы с этим справиться, чем перешла бы к тому, что у меня может хорошо получиться.

5. Я предпочла бы работу, в которой мои функции четко определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я сама должна определять свою роль.

6. Более сильные переживания у меня вызываются страхом неудачи, чем надеждой на успех.

7. Научно-популярную литературу я предпочитаю литературе развлекательного жанра.

8. Я предпочла бы важное трудное дело, где вероятность неудачи равна 50%, делу достаточно важному, но не трудному.

9. Я скорее выучу развлекательные игры, известные большинству людей, чем редкие игры, которые требуют мастерства и известны немногим.

10. Для меня очень важно делать свою работу как можно лучше, даже если из-за этого у меня возникают трения с товарищами.

11. После успешного ответа на экзамене я скорее с облегчением вздохну, что «пронесло», чем порадуюсь хорошей оценке.

12. Если бы я собралась играть в карты, то я скорее сыграла бы в развлекательную игру, чем трудную, требующую размышлений.

13. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, тем, где все участники приблизительно равны по силам.

14. После неудачи я скорее становлюсь еще более собранной и энергичной, чем теряю всякое желание продолжать дело.

15. Неудачи отравляют мою жизнь больше, чем приносят радость, успехи.

16. В новых неизвестных ситуациях у меня скорее возникает волнение и беспокойство, чем интерес и любопытство.

17. Я скорее попытаюсь приготовить новое интересное блюдо, хотя оно может плохо получиться, чем стану готовить привычное, которое обычно хорошо выходило.

18. Я скорее займусь чем-то приятным и необременительным, чем стану выполнять что-то, как мне кажется, стоящее, но не очень увлекательное.

19. Я скорее затратчу все свое время на осуществление одного дела вместо того, чтобы выполнить быстро за это же время два-три других.

20. Если я заболела и вынуждена остаться дома, то я использую время скорее для того, чтобы расслабиться и отдохнуть, чем почитать и поработать.

21. Если бы я жила с несколькими девушками в одной комнате, и мы решили бы устроить вечеринку, то я предпочла бы сама организовать ее, чем допустить, чтобы это сделала какая-нибудь другая.

22. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-то за помощью, чем стану сама продолжать искать выход.

23. Когда нужно соревноваться, у меня скорее возникает интерес и азарт, чем тревога и беспокойство.

24. Когда я берусь за трудное дело, я скорее опасаясь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.

25. Я работаю эффективнее под чьим-то руководством, чем тогда, когда несу за свою работу личную ответственность.

26. Мне больше нравится выполнять сложное незнакомое задание, чем то, в успехе которого я уверена.

27. Если бы я успешно решила какую-то задачу, то с большим удовольствием взялась бы решать еще раз аналогичную, чем перешла бы к задаче другого типа.

28. Я работаю продуктивнее над заданием, когда передо мной ставят задачу лишь в общих чертах, чем тогда, когда мне конкретно указывают, что и как выполнять.

29. Если при выполнении важного дела я допускаю ошибку, то чаще я теряюсь и впадаю в отчаяние, вместо того, чтобы быстро взять себя в руки и попытаться исправить положение.

30. Пожалуй, я больше мечтаю о своих планах на будущее, чем пытаюсь их реально осуществить.

Обработка результатов

Для определения суммарного балла необходимо пользоваться следующей процедурой. Ответам испытуемых на прямые пункты опросника (отмечены знаком «+» в ключе) приписываются баллы на основе следующего соотношения:

+	-3	-2	-1	0	1	2	3
	1	2	3	4	5	6	7

Ответам испытуемых на обратные пункты опросника (отмечены в ключе знаком «←») приписываются баллы на основе соотношения

–	–3	–2	–1	0	1	2	3
	7	6	5	4	3	2	1

Ключ

Форма А

+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.

Форма Б

+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.

На основе подсчета суммарного балла определяют, какая мотивационная тенденция доминирует у испытуемого. Баллы всей выборки испытуемых, участвующих в эксперименте, ранжируют и выделяют две контрастные группы: верхние 27% выборки характеризуются мотивом стремления к успеху, а нижние 27% — мотивом избежать неудачи.

Диагностика мотивов аффилиации (А. Мехрабиан)

Назначение

Аффилиация, по мнению Г. Меррея, — это потребность тесно контактировать и взаимодействовать с близкими людьми. Данный тест предназначен для диагностики двух мотивов личности: стремление к принятию вас окружающими людьми (СП) и страх быть отвергнутым другими людьми (СО). Таким образом, тест состоит из двух шкал: шкалы СП и шкалы СО.

Инструкция

Тест состоит из ряда утверждений, касающихся отдельных сторон характера, а также мнений и чувств по поводу некоторых жизненных ситуаций. Чтобы оценить степень вашего согласия или несогласия с каждым из утверждений, используйте следующую шкалу:

- +3 — полностью согласен;
- +2 — согласен;
- +1 — скорее согласен, чем не согласен;
- 0 — нейтрален;
- 1 — скорее не согласен, чем согласен;
- 2 — не согласен;
- 3 — полностью не согласен.

Прочтите утверждения теста и оцените степень согласия или несогласия. Против номера утверждения поставьте цифру, соответствующую выбранному вами ответу. Не тратьте времени на обдумывание ответов. Дайте тот ответ, который первым пришел вам в голову. Каждое последующее утверждение читайте только после того, как вы уже оценили предыдущее. Ни в коем случае ничего не пропускайте. При обработке результатов производится обсчет определенных баллов, а не содержательный анализ ответов на отдельные пункты. В тесте не предполагается хороших или плохих ответов. Свободно и искренне выражайте свое мнение.

Опросник

Шкала СП

1. Я легко схожусь с людьми.
2. Когда я расстроен, то предпочитаю быть на людях, чем оставаться в одиночестве.
3. Если бы я должен был выбирать. То предпочел бы, чтобы меня считали способным и сообразительным. Чем общительным и дружелюбным.
4. Я нуждаюсь в близких друзьях меньше, чем большинство людей.
5. Я говорю людям о своих переживаниях скорее часто, чем редко и по особым случаям.
6. От хорошего фильма я получаю больше удовольствия, чем от большой компании.
7. Мне нравится заводить как можно больше друзей.

8. Я скорее предпочел бы провести свой отдых вдали от людей, чем на оживленном курорте.

9. Я думаю, что большинство людей славу и почет ценят выше дружбы.

10. Я предпочел бы самостоятельную работу коллективной.

11. Излишняя откровенность с друзьями может повредить.

12. Когда я встречаю на улице знакомого, я скорее стараюсь перекинуться с ним хотя бы парой слов, чем пройти, просто поздороваюсь.

13. Независимость и свободу от привязанностей я предпочитаю прочим дружеским узам.

14. Я посещаю компании и вечеринки потому, что это хороший способ завести друзей.

15. Если мне нужно принять важное решение, то я скорее посоветуюсь с друзьями. Чем стану обдумывать его один.

16. Я не доверяю слишком открытому проявлению дружеских чувств.

17. Я меня очень много близких друзей.

18. Когда я нахожусь с незнакомыми людьми, мне совсем не важно, нравлюсь я им или нет.

19. Индивидуальные игры и развлечения я предпочитаю групповым.

20. Открытые эмоциональные люди привлекают меня больше, чем сердитые и сосредоточенные.

21. Я скорее предпочту интересную книгу или схожу в кино, чем проведу время на вечеринке.

22. Путешествуя, я больше люблю общаться с людьми, чем просто наслаждаться видами или одному посещать достопримечательности.

23. Мне легче решать трудную проблему, когда я обдумываю ее один, чем когда обсуждаю ее с друзьями.

24. Я считаю, что в трудных жизненных ситуациях скорее нужно рассчитывать только на свои силы, чем надеяться на помощь друзей.

25. Даже в коллективе мне трудно полностью отвлечься от забот и срочных дел.

26. Оказавшись на новом месте, я быстро приобретаю широкий круг знакомых.

27. Вечер, проведенный за любимым занятием, привлекает меня больше, чем оживленная вечеринка.

28. Я избегаю слишком близких отношений с людьми, чтобы не потерять личную свободу.

29. Когда у меня плохое настроение, я скорее стараюсь не показывать своих чувств, чем попытаюсь с кем-то поделиться.

30. Я люблю бывать в обществе и всегда рад провести время в веселой компании.

Шкала СО

1. Я стесняюсь идти в незнакомое общество.
2. Если вечеринка мне не нравится, я все равно не уйду первым.
3. Меня бы очень задело, если бы мой близкий друг стал бы противоречить мне при посторонних людях.
4. Я стараюсь меньше общаться с людьми критического склада.
5. Обычно я легко общаюсь с незнакомыми людьми.
6. Я не откажусь пойти в гости из-за того, что там будут люди, которые меня не любят.
7. Когда два моих друга спорят, я предпочитаю не вмешиваться в их спор, даже если с кем-то из них не согласен.
8. Если я попрошу кого-нибудь пойти со мной, и он мне откажет, то я не решусь попросить его снова.
9. Я осторожен в высказывании своих мнений, пока хорошо не узнаю человека.
10. Если во время разговора я чего-то не понял, то лучше я это пропущу, чем прерву говорящего и попрошу повторить.
11. Я открыто критикую людей и ожидаю от них того же.
12. Мне трудно говорить людям «нет».
13. Я все же могу получить удовольствие от вечеринки, даже если вижу, что одет не по случаю.
14. Я болезненно воспринимаю критику в свой адрес.
15. Если я не нравлюсь кому-то. То стараюсь избегать этого человека.
16. Я редко стесняюсь обращаться к людям за помощью.
17. Я редко противоречу людям из боязни их задеть.
18. Мне часто кажется, что незнакомые люди смотрят на меня критически.
19. Всякий раз, когда я иду в незнакомое общество, я предпочитаю брать с собой друга.
20. Я часто говорю то, что думаю, даже если это неприятно собеседнику.
21. Я легко осваиваюсь в новом коллективе.
22. Временами я уверен, что никому не нужен.

23. Я долго переживаю, если посторонний человек нелестно выразился в мой адрес.

24. Я никогда не чувствую себя одиноким в компании.

25. Меня очень легко задеть, даже если это незаметно со стороны.

26. После встречи с новым человеком меня обычно мало волнует, правильно ли я себя вел.

27. Когда я должен за чем-либо обратиться к официальному лицу, я почти всегда жду, что мне откажут.

28. Когда мне нужно попросить продавца показать понравившуюся мне вещь, я чувствую себя неуверенно.

29. Если я недоволен тем, как ведет себя мой знакомый, я обычно прямо указываю ему на это.

30. Если в транспорте я сижу, мне кажется, что люди смотрят на меня с укором.

31. Оказавшись в незнакомой компании, я скорее активно включаюсь в беседу, чем держусь в стороне.

32. Я стесняюсь просить, чтобы вернули мою книгу или какую-то другую вещь, занятую у меня на время.

Обработка и интерпретация результатов

По каждой из шкал подсчитывается суммарный балл. Ответам испытуемого на прямые пункты (отмеченные знаком «+» в ключе) приписываются баллы:

Ответы	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
Баллы	1	2	3	4	5	6	7

Ответам испытуемого на обратные пункты опросника (отмечены в ключе знаком «-») приписываются также баллы:

Ответы	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
Баллы	7	6	5	4	3	3	1

Ключ

Шкала СП

+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.

Шкала СО

+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.

На основе двух индексов СП и СО выделяются четыре типа мотивов. Для этого суммарные баллы всей выборки ранжируются как по шкале СП, так и по шкале СО. Далее выделяются четыре группы испытуемых:

- 1) высокий — низкий (СП выше медианы, СО ниже медианы);
- 2) низкий — низкий (СП ниже медианы, СО ниже медианы);
- 3) высокий — высокий (СП выше медианы, СО выше медианы);
- 4) низкий — высокий (СП ниже медианы, СО выше медианы).

Испытуемым группы «высокий — низкий» характерен мотив «стремление к принятию группой», а испытуемым группы «низкий — высокий» — мотив «страх отвержения». У испытуемых двух других групп интенсивность этих мотивов приблизительно одинакова, что может свидетельствовать о наличии у них внутреннего дискомфорта, напряженности.

У группы «высокий — высокий» страх быть отвергнутым группой препятствует удовлетворению их потребности в принятии, в общении с другими людьми.

Диагностика мотиваторов социально-психологической активности личности ¹

Назначение

Методика помогает определить ведущие потребности-мотиваторы личности. Ее методологической основой служит теория мотивации Д. Мак-Клелланда, а также ряд ее более современных интерпретаций.

Знание основных потребностей — исходный момент самомотивации, личностного менеджмента. Кроме того, зная ведущие потреб-

¹ Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005. С. 94—95.

ности сотрудников и используя соответствующие стимулы, руководитель может повысить субъектно-деятельностную мотивацию.

Инструкция

Вам предлагается 15 утверждений (рис. 10). Выразите свое согласие («полностью согласен» — ПС) или несогласие («не согласен» — НС) по пятибалльной системе. Свой ответ необходимо подчеркнуть либо обвести кружком.

Утверждение	Вариант ответа				
	ПС		НС		
1. Я прилагаю все усилия для того, чтобы улучшить показатели своей работы (учебы) по сравнению с тем, что было раньше	5	4	3	2	1
2. Я получаю удовольствие оттого, что мне приходится соревноваться с кем-либо, особенно если я при этом выигрываю	5	4	3	2	1
3. Я часто замечаю, что разговариваю со своими коллегами по работе на «нерабочие» темы	5	4	3	2	1
4. Мне нравится выполнять непростую работу	5	4	3	2	1
5. Мне нравится брать на себя ответственность	5	4	3	2	1
6. Мне нравится, если окружающие хорошо ко мне относятся	5	4	3	2	1
7. Я хочу знать, насколько хорошо я выполнил то или иное задание в действительности	5	4	3	2	1
8. Я конфликтую с людьми, которые совершают неприятные для меня поступки	5	4	3	2	1
9. У меня хорошие отношения со своими коллегами по работе	5	4	3	2	1
10. Мне нравится ставить перед собой реальные задачи и выполнять их	5	4	3	2	1
11. Мне нравится иметь влияние на других людей и использовать это преимущество в своих целях	5	4	3	2	1
12. Мне нравится принадлежать к каким-либо группам или входить в состав тех или иных организаций	5	4	3	2	1
13. Я получаю удовлетворение от выполнения сложных заданий	5	4	3	2	1
14. Я часто работаю над тем, чтобы контролировать происходящее вокруг меня	5	4	3	2	1
15. Мне больше нравится работать в группе, нежели в одиночку	5	4	3	2	1

Рисунок 10 — Образец бланка теста

Обработка и интерпретация результатов

Для того чтобы определить ваши доминирующие потребности, заполните бланк (рис. 11). Вам необходимо поставить то количество баллов, которое соответствует вашему ответу на каждый вопрос.

Достижение успеха в целом		Стремление к власти		Тенденция к аффилиации (групповому признанию и уважению)	
Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл
1		2		3	
4		5		6	
7		8		9	
10		11		12	
13		14		15	
ИТОГО		ИТОГО		ИТОГО	

Рисунок 11 — Образец бланка для обработки результатов теста

В сумме в каждой колонке должно получиться от 5 до 25 баллов. Та колонка, в которой сумма баллов будет наиболее высокой, и определит вашу доминирующую потребность — мотивационную доминанту личностной активности.

Об уровне выраженности каждой из трех шкал свидетельствуют следующие показатели:

19 и более баллов — высокий;

8—18 баллов — средний;

7 и менее баллов — низкий.

**Методика диагностики
социально-психологических установок личности
в мотивационно-потребностной сфере
(О. Ф. Потемкин)**

*Методика выявления
социально-психологических установок,
направленных на «альтруизм — эгоизм»,
«процесс — результат»*

Опросник

1. Сам процесс выполняемой работы увлекает вас больше, чем этап ее завершения?
2. Для достижения цели вы обычно не жалеете сил?
3. Вам часто говорят, что вы больше думаете о других, чем о себе?
4. Вы обычно много времени уделяете своей особе?
5. Вы обычно долго не решаетесь начать делать то, что вам не интересно, даже если это необходимо?
6. Вы уверены, что настойчивости в вас больше, чем способностей?
7. Вам легче просить за других, чем за себя?
8. Вы считаете, что человек сначала должен думать о себе, а потом уже о других?
9. Заканчивая интересное дело. Вы часто сожалеете о том, что интересная работа уже завершена, а с ней жаль расставаться?
10. Вам больше нравятся деятельные люди, способные достигать результата, чем просто добрые и отзывчивые?
11. Вам трудно отказать людям, когда они вас о чем-либо просят?
12. Для себя вы делаете что-либо с большим удовольствием, чем для других?
13. Вы испытываете удовольствие от игры, в которой не нужно думать о выигрыше?
14. Вы считаете, что успехов в вашей жизни больше, чем неудач?
15. Вы часто стараетесь оказать людям услугу, если у них случилась беда или неприятности?
16. Вы убеждены, что не нужно для кого-либо сильно напрягаться?
17. Вы более всего уважаете людей, способных увлечься делом по-настоящему?

18. Вы часто завершаете работу вопреки неблагоприятной обстановке, нехватке времени, помехам со стороны?
19. Для себя у вас обычно не хватает ни времени, ни сил?
20. Вам трудно заставить себя сделать что-то для других?
21. Вы часто начинаете одновременно много дел и не успеваете закончить их до конца?
22. Вы считаете, что имеете достаточно сил, чтобы рассчитывать на успех в жизни?
23. Вы стремитесь как можно больше сделать для других людей?
24. Вы убеждены, что забота о других часто идет в ущерб себе?
25. Можете ли вы увлечься делом настолько, что забываете о времени и о себе?
26. Вам часто удается довести начатое дело до конца?
27. Вы убеждены, что самая большая ценность в жизни — жить интересами других людей?
28. Вы можете назвать себя эгоистом?
29. Бывает, что вы, увлекаясь деталями, углубляясь в них, не можете закончить начатое дело?
30. Вы избегаете встреч с людьми, не обладающими деловыми качествами?
31. Ваша отличительная черта — бескорыстие?
32. Свободное время вы используете для своих увлечений?
33. Вы часто загружаете свой отпуск или выходные дни работой из-за того, что кому-то обещали что-либо сделать?
34. Вы осуждаете людей, которые не умеют позаботиться о себе?
35. Вам трудно решиться использовать усилия человека в своих интересах?
36. Вы часто просите людей сделать что-либо из корыстных побуждений?
37. Соглашаясь на какое-либо дело, вы больше думаете о том, насколько оно вам интересно?
38. Стремление к результату в любом деле — ваша отличительная черта?
39. Ваша отличительная черта — умение помочь другим людям?
40. Вы способны сделать максимальные усилия лишь за хорошее вознаграждение?

Обработка и интерпретация результатов

Производится подсчет плюсов по горизонтальным строкам протокола (рис. 12).

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

Рисунок 12 — Образец бланка протокола

Ключ

Сумма «плюсов» первой строки — вопросы: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37 — *«ориентация на процесс»*. Обычно люди более ориентированы на процесс, менее задумываются над достижением результата, часто опаздывают со сдачей работы, их процессуальная направленность препятствует их результативности; ими больше движет интерес к делу, а для достижения результата требуется много рутинной работы, негативное отношение к которой они не могут преодолеть.

1. Сумма «плюсов» второй строки — вопросы: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38 — *«ориентация на результат»*. Люди, ориентирующиеся на результат, являются самыми надежными. Они могут достигать результат в своей деятельности вопреки суете, помехам, неудачам.

2. Сумма «плюсов» третьей строки — вопросы: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39 — *«ориентация на альтруизм»*. Люди, ориентирующиеся на альтруистические ценности, часто в ущерб себе, заслуживают всяческого уважения. Это люди, о которых стоит позаботиться. Альтруизм — наиболее ценная общественная мотивация, наличие которой отличает зрелого человека. Если же альтруизм чрезмерно вредит, он, хотя и может казаться неразумным, но приносит счастье.

3. Сумма «плюсов» четвертой строки — вопросы: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40 — *«ориентация на эгоизм»*. Люди с чрезмерно выраженным эгоизмом встречаются довольно редко. Известная доля «разумного эгоизма» не может навредить человеку. Скорее более вредит его отсутствие, причем это среди людей «интеллигентных профессий» встречается довольно часто.

**Методика выявления
социально-психологических установок, направленных
на «свободу — власть» и «труд — деньги»**

Опросник

1. Вы согласны, что самое главное в жизни — быть мастером своего дела?
2. Вы больше всего дорожите возможностью самостоятельного выбора решения?
3. Ваши знакомые считают вас властным человеком?
4. Вы согласны, что люди, которые не умеют заработать деньги, не стоят уважения?
5. Творческий труд для вас является главным наслаждением в жизни?
6. Основное стремление в вашей жизни — свобода, а не власть и деньги?
7. Вы согласны, что иметь власть над людьми — наиболее важная ценность?
8. Ваши друзья состоятельные в материальном отношении люди?
9. Вы стремитесь, чтобы все вокруг вас были заняты увлекательным делом?
10. Вам всегда удается следовать своим убеждениям вопреки требованиям со стороны?
11. Считаете ли вы, что самое важное качество для власти — это ее сила?
12. Вы уверены, что все можно купить за деньги?
13. Вы выбираете друзей по деловым качествам?
14. Вы стараетесь не связывать себя различными обязательствами перед другими людьми?
15. Вы испытываете чувство негодования, если кто-либо не подчиняется вашим требованиям?
16. Деньги куда надежнее, чем власть и свобода?
17. Вам бывает невыносимо скучно без любимой работы?
18. Вы убеждены, что каждый должен обладать свободой в рамках закона?
19. Вам легко заставить людей делать то, что вы хотите?
20. Вы согласны, что лучше иметь высокую зарплату, чем высокий интеллект?

21. В жизни Вас радует только отличный результат работы?
22. Самое главное стремление в вашей жизни — быть свободным?
23. Вы считаете себя способным руководить большим коллективом?
24. Является ли для вас заработок главным стремлением в жизни?
25. Любимое дело для вас ценнее, чем власть и деньги?
26. Вам обычно удается отвоевать свое право на свободу?
27. Испытываете ли вы жажду власти, стремление руководить?
28. Вы согласны, что деньги «не пахнут» и неважно, как они заработаны?
29. Даже бывая на отдыхе, вы не можете не работать?
30. Вы готовы многим жертвовать, чтобы быть свободным?
31. Вы чувствуете себя хозяином в своей семье?
32. Вам трудно ограничить себя в денежных средствах?
33. Ваши друзья и знакомые ценят вас как специалиста?
34. Люди, ущемляющие вашу свободу, вызывают у вас наибольшее негодование?
35. Власть может заменить вам многие другие ценности?
36. Вам обычно удается накопить нужную сумму денег?
37. Труд — наибольшая ценность для вас?
38. Вы уверенно и непринужденно чувствуете себя среди незнакомых людей?
39. Вы согласны ущемить свободу, чтобы обладать властью?
40. Наиболее сильное потрясение для вас — отсутствие денег?

Ключ

Подсчет данных осуществляется так же, как и в предыдущей методике — подсчитывается количество плюсов по горизонтальной строке протокола.

1. Сумма первой строки — *«ориентация на труд»* — обычно люди, ориентирующиеся на труд, все время используют для того, чтобы что-то сделать, не жалея выходных дней, отпуска и т. д. Труд приносит им больше радостей и удовольствия, чем какие-то иные занятия.

2. Сумма второй строки — *«ориентация на свободу»* — главной ценностью для этих людей является свобода. Очень часто такая ориентация сочетается с ориентацией на труд, реже это сочетание «свободы» и «денег».

3. Сумма третьей строки — «*ориентация на власть*» — больше свойственна представителям сильного пола. Очень часто — это производственники, хотя среди них бывают и исключения.

4. Сумма четвертой строки — «*ориентация на деньги*» — обычно бывает в двух случаях, когда деньги есть, и когда их нет. В наших выборках, в которых в основном учителя руководители — эта ориентация выражена слабее, чем другие.

Оценка уровня притязаний¹

Назначение

Под уровнем притязаний человека понимают его потребности, мотивы или тенденции, проявляющиеся в степени трудности целей, которые он ставит перед собой. Уровень притязаний обычно оценивается с помощью эксперимента по следующей схеме: совокупность однотипных заданий ранжируется по степени трудности и испытуемому предлагается последовательно выбирать для выполнения определенное количество этих заданий любых степеней трудности. При этом эксперимент обычно представляется как испытание интеллекта. Об уровне притязаний человека судят по средней степени трудности выбранных им заданий. Возможность применения экспериментальной схемы основывается на предположении об обобщенности уровня притязаний: в любой деятельности, независимо от ее специфики, у каждого человека будет формироваться характерный для него уровень притязаний. Однако, наряду с данными о действительной обобщенности уровня притязаний, имеются факты и противоположного рода, например, свидетельствующие о том, что уровень притязаний, формирующийся у человека в экспериментальном задании, отличается от уровня притязаний, сложившегося у него в привычной профессиональной деятельности. Эта характеристика несет на себе отпечаток конкретной истории ее формирования и развития и зависит не только от внутренних, но и от внешних условий.

Опросник заполняется во время выполнения, например, учебного задания. Экспериментатор фиксирует какой-либо этап в его

¹ Сборник психологических тестов. Часть 1 : пособие / сост. Е. Е. Миронова. Минск : Женский ин-т ЭНВИЛА, 2005. С. 125—129.

выполнении, единый для всех обучающихся, и предлагает им по завершении этого этапа ответить на вопросы опросника. До начала выполнения учебного задания экспериментатор раздает бланки с текстом (рис. 13) и разъясняет порядок работы с опросником

ОПРОСНИК МОТИВАЦИИ

Фамилия, имя, отчество _____
 Возраст _____ Дата опроса _____

Высказывание	Шкала ответов
1. Исследование мне уже порядком надоело	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
2. Я работаю на пределе своих сил	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
3. Я хочу показать все, на что способен	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
4. Я чувствую, что меня вынуждают стремиться к высокому результату	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
5. Мне интересно, что получится	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
6. Задание довольно сложное	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
7. То, что я делаю, никому не нужно	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
8. Меня интересует, лучше ли мои результаты или хуже, чем у других	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
9. Мне бы хотелось поскорее заняться своими делами	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
10. Думаю, что мои результаты будут высокими	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
11. Эта ситуация может причинить мне неприятности	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
12. Чем лучше показываешь результат, тем больше хочется его превзойти	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
13. Я проявляю достаточно старания	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
14. Я считаю, что мой лучший результат не случаен	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
15. Задание большого интереса не вызывает	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
16. Я сам ставлю перед собой задачи	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
17. Я беспокоюсь по поводу своих результатов	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
18. Я ощущаю прилив сил	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3

Рисунок 13 — Образец бланка опросника

Окончание табл.

Высказывание	Шкала ответов
19. Лучших результатов мне не добиться	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
20. Эта ситуация имеет для меня значение	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
21. Я хочу ставить все более и более трудные цели	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
22. К своим результатам я отношусь равнодушно	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
23. Чем больше работаешь, тем становится более интересно	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
24. Я не собираюсь «выкладываться» на этой работе	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
25. Скорее всего, мои результаты будут низкими	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
26. Как ни старайся, результат от этого не изменится	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
27. Я бы занялся сейчас чем угодно, только не этим исследованием	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
28. Задание достаточно простое	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
29. Я способен на лучший результат	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
30. Чем труднее цель, тем больше желание ее достигнуть	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
31. Я чувствую, что могу преодолеть все трудности на пути к цели	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
32. Мне безразлично, какими будут мои результаты в сравнении с другими	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
33. Я увлекся работой над заданием	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
34. Я хочу избежать низкого результата	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
35. Я чувствую себя независимым	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
36. Мне кажется, что я зря трачу время и силы	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
37. Я работаю вполсилы	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
38. Меня интересуют границы моих возможностей	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
39. Я хочу, чтобы мой результат оказался одним из лучших	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
40. Я сделаю все, что в моих силах для достижения цели	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
41. Я чувствую, что у меня ничего не выйдет	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3
42. Испытание — это лотерея	-3 -2 -1 0 +1 +2 +3

Рисунок 13 — Окончание

следующей **инструкцией**: «Когда вы завершите фиксированный этап предложенного вам задания, возьмите бланк с текстом опросника, внимательно прочитайте инструкцию и приступайте к ответам. Помните, что вопросы относятся к той ситуации, которая складывается в момент, когда часть задания уже выполнена, но предстоит еще работа над оставшейся частью. В процессе работы с опросником вы читаете по порядку каждое из приведенных в бланке высказываний и решаете, в какой степени вы согласны с ним или не согласны. В зависимости от этого вы обводите кружком на правой стороне бланка одну из следующих цифр: если полностью согласны — +3; если согласны — +2; если скорее согласны, чем не согласны — +1; если вы совершенно не согласны — -3; если не согласны — -2; если скорее не согласны, чем согласны — -1; наконец, если вы не можете ни согласиться с высказыванием, ни отвергнуть его — 0. Все высказывания относятся к тому, о чем вы думаете, что чувствуете или хотите в момент, когда работа над заданием прерывается».

Обработка результатов

Обработка информации предполагает преобразование ответов в баллы по правилу либо прямого перевода, либо обратного (табл. 8).

Т а б л и ц а 8 — Конверсия данных

Перевод	Шкала ответов						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
Прямой	1	2	3	4	5	6	7
Обратный	7	6	5	4	3	2	1

Баллы подсчитываются по каждому из 15 компонентов мотивационной структуры с помощью ключа. Номера тех высказываний, ответы на которые преобразуются в баллы по правилу прямого перевода, даны без индексов, а высказывания, преобразуемые по правилу обратного перевода, снабжены индексом «0».

Ключ

Компонент мотивационной структуры	Номера высказываний
1. Внутренний мотив	15«о», 23, 33
2. Познавательный мотив	5, 22«о», 38
3. Мотив избегания	11, 17, 34
4. Состязательный мотив	8, 32«о», 39
5. Мотив смены деятельности	1, 9, 27
6. Мотив самоуважения	12, 21, 30
7. Значимость результатов	7, 20«о», 36
8. Сложность задания	6, 28«о»
9. Волевое усилие	2, 13, 37«о»
10. Оценка уровня достигнутых результатов	19«о», 29
11. Оценка своего потенциала	18, 31, 41«о»
12. Намеченный уровень мобилизации усилий	3, 24«о», 40
13. Ожидаемый уровень результатов	10, 25«о»
14. Закономерность результатов	14, 26«о», 42«о»
15. Инициативность	4«о», 16, 35

Интерпретация результатов

При анализе результатов следует учитывать, что ситуация, возникающая при предъявлении задания субъекту, является сложно-проблемной. Среда порождает в субъекте многокомпонентный мотивационный отклик, на основе которого строится сложнофункциональная система постановки и решения задачи. Проблемная ситуация приводит к актуализации целого ряда потребностей, среди которых находятся познавательные, социальные, а также потребности более высокого уровня индивидуальности, уровня самосознания, в частности, потребность сохранения и повышения самоуважения или ценности своего «Я». На основе этих потребностей субъект оценивает значимость и трудность задания, затраты времени и сил, прогнозирует возможные последствия. Первоначальные оценки могут меняться, корректироваться по ходу работы над заданием. Поэтому мотивация, соответствующая напряженной деятельности, связанной с достижением цели определенного уровня трудности, включает целый ряд элементов, характеризующих особенности взаимодействия субъекта со средой. Потенциальную структуру мотивации образуют элементы, соответствующие актуализирован-

ным в ситуации выполнения задания потребностям. В связи с особенностями учебной деятельности, а также в целях необходимой обобщенности описания, исследовались только нижеприведенные мотивационные элементы, или мотивы.

Внутренний мотив (компонент 1) связан непосредственно с процессом деятельности, является обобщенным и выражает увлеченность заданием самим по себе, отражает те аспекты, которые придают выполнению задания привлекательность. *Познавательный мотив* (компонент 2) характеризует интерес субъекта к результатам своей деятельности, также является обобщенным, так как за ним может стоять достаточно широкий круг более частных мотивов, удовлетворение которых опосредовано результатом. *Мотиву избегания* (компонент 3) свойственна отрицательная побуждающая ценность результата, а именно боязнь показать низкий результат с вытекающими из этого последствиями, в отличие от предыдущего, содержание которого составляет положительное стремление к результату. *Состязательный мотив* (компонент 4) выделяется из совокупности мотивов, связанных с результатом, как более специальный. Содержание этого мотива определяется тем, насколько субъект придает значение такой характеристике результата как превышение уровня результатов других субъектов. За этим мотивом также может стоять группа таких более частных мотивов, как мотив престижа, власти и др. *Мотив к смене текущей деятельности* (компонент 5) раскрывает переживаемую субъектом тенденцию к прекращению работы, которой он занят в данный момент, и переключению на другую. *Мотив самоуважения* (компонент 6) выражается в стремлении субъекта ставить перед собой все более и более трудные цели в однотипной деятельности. Рассмотренная группа элементов представляет собой отражение тех характеристик ситуации, которые выступают в роли факторов, непосредственно побуждающих субъекта к тому или иному образу действия, и являются движущими силами развития деятельности.

Другую группу образуют элементы, которые находятся с мотивационными в причинно-следственных отношениях и выступают в качестве необходимых условий деятельности, связанной с достижением достаточно трудных целей. Часть этих элементов относится к текущему положению дел и представляет собой результаты таких процессов, как *придание личностной значимости результатам дея-*

тельности (компонент 7), оценка сложности выполняемого задания (компонент 8), оценка степени выраженности волевого усилия в ходе работы над заданием (компонент 9), оценка уровня уже достигнутых результатов, соотношенных со своими возможностями в этом виде деятельности (компонент 10), оценка своего потенциала (компонент 11). Другие элементы отражают предвидимый или планируемый субъектом ход последующих событий: намеченный уровень мобилизации усилий, необходимый для достижения результатов (компонент 12), и ожидаемый уровень результатов деятельности (компонент 13). Важное значение для развертывания целостной мотивационной структуры имеет понимание субъектом причинных факторов, являющихся инструментальными в ходе развития взаимодействия. К ним относятся понимание субъектом того соотношения, в котором находится зависимость результата от случая и от его собственных возможностей (компонент 14), а также понимание того, насколько постановка задач является инициативной и насколько директивной (компонент 15). Таким образом, первая часть элементов связана с оценочными процессами, вторая — с процессами прогнозирования и третья — с процессами интерпретации.

Перечисленные элементы представляют собой потенциальные компоненты реальных индивидуальных мотивационных структур, возникающих в ходе выполнения заданий. В этих структурах центральное место занимают мотивационные компоненты, а среди них — компонент самоуважения. Однако актуализация компонента самоуважения происходит на основе других «опорных» мотивационных компонентов. Предполагается, что выраженность компонента самоуважения соответствует экспериментальной оценке уровня притязаний. Однако опросник позволяет выявить некоторые особенности внутреннего мира субъекта, которые обычно остаются неизвестными при использовании экспериментальных показателей. К ним относятся «опорные» мотивы, на основе которых происходит вовлечение «Я» субъекта в деятельность и формирование его уровня притязаний, эффекты разнообразных когнитивных и регулятивных процессов, составляющих вместе с мотивами внутренний механизм уровня притязаний.

Так как нормативных данных для опросника нет, то каждый индивидуальный результат может быть оценен в сравнении с данными группы. Кроме того, оценки каждого компонента мотивацион-

ной структуры позволяют построить индивидуальный профиль, в котором представлены количественные соотношения между всеми рассмотренными компонентами.

Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич)

Назначение

Система ценностных ориентации определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

Наиболее распространенной в настоящее время является методика изучения ценностных ориентации М. Рокича, основанная на прямом ранжировании списка ценностей. Он выделяет два класса ценностей:

- 1) *терминальные* — убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться;
- 2) *инструментальные* — убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации.

Это деление соответствует традиционному делению на ценности — цели и ценности — средства.

Инструкция

Вам будет предъявлен набор из 18 карточек с обозначением ценностей (список А, список Б). Ваша задача — разложить их по порядку значимости для вас как принципов, которыми вы руководствуетесь в вашей жизни.

Каждая ценность написана на отдельной карточке. Внимательно изучите карточки и, выбрав ту, которая для вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Затем проделайте то же со всеми оставшимися карточками. Наименее важная останется последней и займет 18 место.

Работайте не спеша, вдумчиво. Если в процессе работы вы измените свое мнение, то можете исправить свои ответы, меняя карточки местами. Конечный результат должен отражать вашу истинную позицию.

Список А (терминальные ценности)

- Активная, деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни).
- Жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом).
- Здоровье (физическое и психическое).
- Интересная работа.
- Красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве).
- Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком).
- Материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений).
- Наличие хороших и верных друзей.
- Общественное призвание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе).
- Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие).
- Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей).
- Развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование).
- Развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей).
- Свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках).
- Счастливая семейная жизнь.
- Счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом).
- Творчество (возможность творческой деятельности).
- Уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений).

Список Б (инструментальные ценности)

- Аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах.
- Воспитанность (хорошие манеры).

- Высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания).
- Жизнерадостность (чувство юмора).
- Исполнительность (дисциплинированность).
- Независимость (способность действовать самостоятельно, решительно).
- Непримируемость к недостаткам в себе и других.
- Образованность (широта знаний, высокая общая культура).
- Ответственность (чувство долга, умение держать свое слово).
- Рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения).
- Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина).
- Смелость в отстаивании своего мнения, взглядов.
- Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями).
- Терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения).
- Широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки).
- Честность (правдивость, искренность).
- Эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе).
- Чуткость (заботливость).

Достоинством методики является универсальность, удобство и экономичность в проведении обследования и обработке результатов, гибкость — возможность варьировать как стимульный материал (списки ценностей), так и инструкции. Существенным ее недостатком является влияние социальной желательности, возможность неискренности. Поэтому особую роль в данном случае играет мотивация диагностики, добровольный характер тестирования и наличие контакта между психологом и испытуемым. Методику не рекомендуется применять в целях отбора экспертизы.

Для преодоления указанных недостатков и более глубокого проникновения в систему ценностных ориентации возможны изменения инструкций, которые дают дополнительную диагностическую информацию и позволяют сделать более обоснованные выводы. Так, после основной серии можно попросить испытуемого ранжировать карточки, отвечая на следующие вопросы:

1. В каком порядке и в какой степени (в процентах) реализованы данные ценности в вашей жизни?

2. Как бы вы расположили эти ценности, если бы стали таким, каким мечтали?

3. Как, на ваш взгляд, это сделал бы человек, совершенный во всех отношениях?

4. Как сделало бы это, по-вашему мнению, большинство людей?

5. Как это сделали бы вы 5 или 10 лет назад?

6. Как это сделали бы вы через 5 или 10 лет?

7. Как ранжировали бы карточки близкие вам люди?

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку испытуемым в содержательные блоки по разным основаниям. Так, например, выделяются «конкретные» и «абстрактные» ценности, ценности профессиональной самореализации и личной жизни и т. д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела, индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности, ценности самоутверждения и ценности принятия других и т. д. Это далеко не все возможности субъективного структурирования системы ценностных ориентации. Психолог должен попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у респондента системы ценностей или даже неискренность ответов.

Обследование лучше проводить индивидуально, но возможно и групповое тестирование.

Морфологический тест жизненных ценностей

(В. Ф. Сопов, Л. В. Карпушина)

Назначение

Предлагаемый вариант опросника предназначен для определения мотивационно-ценностной структуры личности. Основным диагностическим конструктом морфологического теста жизненных ценностей (МТЖЦ) являются терминальные ценности. Под термином «ценность» мы понимаем отношение субъекта к явлению, жизненному факту, объекту и субъекту, и признание его как важного, имеющего жизненную важность.

Перечень жизненных ценностей включает:

1) *развитие себя*, т. е. познание своих индивидуальных особенностей, постоянное развитие своих способностей и других личностных характеристик;

2) *духовное удовлетворение*, т. е. руководство морально-нравственными принципами, преобладание духовных потребностей над материальными;

3) *креативность*, т. е. реализация своих творческих возможностей, стремление изменять окружающую действительность;

4) *активные социальные контакты*, т. е. установление благоприятных отношений в различных сферах социального взаимодействия, расширение своих межличностных связей, реализация своей социальной роли;

5) *собственный престиж*, т. е. завоевание своего признания в обществе путем следования определенным социальным требованиям;

6) *высокое материальное положение*, т. е. обращение к факторам материального благополучия как главному смыслу существования;

7) *достижение*, т. е. постановка и решение определенных жизненных задач как главных жизненных факторов;

8) *сохранение собственной индивидуальности*, т. е. преобладание собственных мнений, взглядов, убеждений над общепринятыми, защита своей неповторимости и независимости.

Терминальные ценности реализуются по-разному, в различных жизненных сферах. **Под жизненной сферой** понимается социальная сфера, где осуществляется деятельность человека. Значимость той или иной жизненной сферы для разных людей неодинакова.

Перечень жизненных сфер:

1) сфера профессиональной жизни;

2) сфера образования;

3) сфера семейной жизни;

4) сфера общественной активности;

5) сфера увлечений;

6) сфера физической активности.

Опросник направлен на изучение индивидуальной системы ценностей человека с целью лучшего понимания смысла его действия или поступка. В конструкцию опросника входит шкала достоверности степени желанности у человека социального одобрения его поступков. Чем выше результат, тем больше поведение испытуемого

го (на вербальном уровне) соответствует одобряемому образцу. Критический порог — 42 балла, после которого результаты можно признать недостоверными.

Морфологический тест жизненных ценностей состоит из 112 утверждений, каждое из которых испытуемому необходимо оценивать по пятибалльной системе.

Инструкция

Вам предлагается опросник, в котором описаны различные желания и стремления человека. Просим вас оценить каждое утверждение по пятибалльной шкале. Если для вас смысл утверждения:

- не имеет никакого значения, то в соответствующей клетке бланка поставьте цифру 1;
- имеет небольшое значение, то поставьте цифру 2;
- имеет определенное значение — поставьте цифру 3;
- важен — поставьте цифру 4;
- важен — поставьте цифру 5.

Просим вас помнить, что здесь не может быть правильных и неправильных ответов и что самым правильным будет правдивый ответ. Старайтесь не использовать для оценки утверждения цифру «3».

Опросник

1. Постоянно повышать свою профессиональную квалификацию.
2. Учиться, чтобы узнавать что-то новое в изучаемой области знания.
3. Чтобы облик моего жилища постоянно изменялся.
4. Общаться с разными людьми, участвовать в общественной деятельности.
5. Чтобы люди, с которыми я провожу свободное время, увлекались тем же, чем и я.
6. Чтобы участие в спортивных состязаниях помогало мне в установлении личных рекордов.
7. Испытывать антипатии к другим.
8. Иметь интересную работу, полностью поглощающую меня.
9. Создавать что-то новое в изучаемой мною области знания.
10. Быть лидером в моей семье.
11. Не отставать от времени, интересоваться общественно-политической жизнью.

12. В своем увлечении быстро достигать намеченных целей.
13. Чтобы физическая подготовленность позволяла надежно выполнять работу, дающую хороший заработок.
14. Позлословить, когда у людей неприятности.
15. Учиться чтобы «не зарывать» свой талант в землю.
16. Вместе с семьей посещать концерты, театры, выставки.
17. Применять свои собственные методы в общественной деятельности.
18. Состоять членом какого-либо клуба по интересам.
19. Чтобы окружающие замечали мою спортивную подтянутость.
20. Не испытывать чувства досады, когда высказывают мнение, противоположное моему.
21. Изобретать, совершенствовать, придумывать новое в своей профессии.
22. Чтобы уровень моей образованности позволял чувствовать себя уверенно в общении с самыми разными людьми.
23. Вести такой образ семейной жизни, который ценится обществом.
24. Добиваться конкретных целей, занимаясь общественной деятельностью.
25. Чтобы мое увлечение помогало укрепить мое материальное положение.
26. Чтобы физическая подготовленность делала меня независимым в любых ситуациях.
27. Чтобы семейная жизнь исправила некоторые недостатки моей натуры.
28. Находить внутреннее удовлетворение в активной общественной жизни.
29. В свободное время создавать нечто новое, ранее не существовавшее.
30. Чтобы моя физическая форма позволяла мне уверенно общаться в любой компании.
31. Не испытывать колебаний, когда кому-то нужно помочь в беде.
32. Иметь приятельские отношения с коллегами по работе.
33. Учиться, чтобы не отстать от людей моего круга.
34. Чтобы мои дети опережали в своем развитии сверстников.
35. Получать материальное вознаграждение за общественную деятельность.
36. Чтобы мое увлечение подчеркивало мою индивидуальность.

37. Развивать свои организаторские способности, занимаясь общественной деятельностью.

38. Полностью сосредоточиться на своем увлечении, проводя свободное время за хобби.

39. Придумывать новые упражнения для физической разминки.

40. Перед длительной поездкой всегда продумывать, что взять с собой.

41. Какое впечатление моя работа оказывает на других людей.

42. Получить высшее образование или поступить в аспирантуру, получить ученую степень.

43. Чтобы моя семья обладала очень высоким уровнем материального благосостояния.

44. Твердо отстаивать определенную точку зрения в общественно-политических вопросах.

45. Знать свои способности в сфере хобби.

46. Получать удовольствие даже от тяжелой физической нагрузки.

47. Внимательно слушать собеседника, кто бы он ни был.

48. В работе быстро достигать намеченных целей.

49. Чтобы уровень образования помог бы мне укрепить мое материальное положение.

50. Сохранять полную свободу и независимость от членов моей семьи.

51. Чтобы активная физическая деятельность позволяла изменять мой характер.

52. Не думать, когда у людей неприятности, что они получили по заслугам.

53. Чтобы на работе была возможность получения дополнительных материальных благ (премии, путевки, выгодной командировки и т. п.).

54. Учиться, чтобы «не затеряться в толпе».

55. Бросать что-то делать, когда не уверен в своих силах.

56. Чтобы моя профессия подчеркивала индивидуальность.

57. Заниматься изучением новых веяний в моей профессиональной деятельности.

58. Учиться, получая при этом удовольствие.

59. Постоянно интересоваться новыми методами обучения и воспитания детей в семье.

60. Участвуя в общественной жизни, взаимодействовать с опытными людьми.

61. Завоевать уважение у людей благодаря своему увлечению.
62. Всегда достигать намеченных спортивных разрядов и званий.
63. Не бросать что-то делать, если нет уверенности в своих силах.
64. Получать удовольствие не от результатов работы, а от самого процесса.
65. Повышать уровень своего образования, чтобы внести вклад в изучаемую дисциплину.
66. Чтобы для меня не имело значения, что лидер в семье — кто-то другой.
67. Чтобы мои общественно-политические взгляды совпадали с мнением авторитетных для меня людей.
68. Занимаясь на досуге любимым делом, детально продумывать свои действия.
69. Участвуя в различных соревнованиях, завоевать какой-либо приз, вознаграждение.
70. Не говорить с умыслом неприятных вещей.
71. Знать, какого уровня образования можно достичь с моими способностями, чтобы их совершенствовать.
72. В супружестве быть всегда абсолютно надежным.
73. Чтобы жизнь моего окружения постоянно изменялась.
74. Увлечаться чем-то в свободное время, общаясь с людьми, увлекающимися тем же.
75. Участвовать в спортивных соревнованиях, чтобы продемонстрировать свое превосходство.
76. Не испытывать внутреннего протеста, когда меня просят оказать услугу.
77. Чтобы приемы моей работы изменялись.
78. Повышать уровень своего образования, чтобы быть вхожим в круг умных и интересных людей.
79. Иметь супруга (супругу) из семьи высокого социального положения.
80. Достигать поставленной цели в своей общественной деятельности.
81. В своем увлечении создавать необходимые в жизни вещи (одежду, мебель, технику и т. п.).
82. Чтобы физическая подготовка, давая свободу в движениях, создавала и ощущение личной свободы.

83. Научиться понимать характер моей супруги (супруга), чтобы избежать семейных конфликтов.
84. Быть полезным для общества.
85. Вносить различные усовершенствования в сферу моего хобби.
86. Чтобы среди членов моей спортивной секции (клуба, команды) было много друзей.
87. Внимательно следить за тем, как я одет.
88. Чтобы во время работы постоянно была возможность общаться с сослуживцами.
89. Чтобы уровень моего образования соответствовал уровню образования человека, мнение которого я ценю.
90. Тщательно планировать свою семейную жизнь.
91. Занимать такое место в обществе, которое укрепляло бы мое материальное положение.
92. Чтобы мои взгляды на жизнь проявлялись в моем увлечении.
93. Заниматься общественной деятельностью, учиться убеждать людей в своей точке зрения.
94. Чтобы увлечение занимало большую часть моего свободного времени.
95. Чтобы моя выдумка проявлялась даже в утренней зарядке.
96. Всегда охотно признавать свои ошибки.
97. Чтобы моя работа была на уровне и даже лучше, чем у других.
98. Чтобы уровень моего образования помог бы мне занять желаемую должность.
99. Чтобы супруг (супруга) получала высокую зарплату.
100. Иметь собственные политические убеждения.
101. Чтобы круг моих увлечений постоянно расширялся.
102. Иметь, прежде всего, моральное удовлетворение от достигнутых успехов в спорте.
103. Не придумывать вескую причину, чтобы оправдаться.
104. Перед началом работы четко ее распланировать.
105. Чтобы мое образование давало возможность получения дополнительных материальных благ (гонорары, льготы).
106. В семейной жизни опираться лишь на собственные взгляды, даже если они противоречат общественному мнению.
107. Тратить много времени на чтение литературы, просмотр передач и фильмов о спорте.
108. Не завидовать удаче других.

109. Иметь высокооплачиваемую работу.

110. Выбрать редкую, уникальную специальность для обучения, чтобы лучше проявить свою индивидуальность.

111. Вести себя за столом дома так же, как и на людях.

112. Чтобы моя работа не противоречила моим жизненным принципам.

Обработка результатов

Прежде чем приступить к обработке полученных данных, необходимо убедиться в том, что бланк ответов заполнен целиком.

Далее суммируем баллы ответов в соответствии с ключом. Таким образом, получаем первичные тестовые результаты. В шкале достоверности при подсчете необходимо учитывать знак. Все ответы со знаком «минус» инвертируются. Так, если испытуемый ставит 5 баллов в ответе на утверждение, относящееся к шкале достоверности, то ему соответствует 1 балл. Если же за утверждение с отрицательным значением испытуемый ставит 1 балл, то ему будет соответствовать 5 баллов.

После подсчетов все результаты заносятся в таблицу. Предложенные ценности относятся к разнонаправленным группам: духовно-нравственные ценности и эгоистически-престижные (прагматические). Это концептуально важно для определения направленности деятельности личности или группы. К первым относятся: саморазвитие, духовная удовлетворенность, креативность и активные социальные контакты, отражающие нравственно-деловую направленность. Соответственно, ко второй подгруппе ценностей относятся: престиж, достижения, материальное положение, сохранение индивидуальности. Они в свою очередь отражают эгоистически-престижную направленность личности.

При всех низких значениях — направленность личности неопределенная, без выраженного предпочитаемого целеполагания. При всех высоких баллах — направленность личности противоречивая, внутри конфликтная. При высоких баллах ценностей 1-й группы направленность личности является гуманистической, 2-й группы — прагматической.

Ключ

Жизненные ценности	Жизненные сферы						
	Профессиональная жизнь	Образование	Семейная жизнь	Общественная активность	Увлечения	Физическая активность	Шкала достоверности
Развитие себя	1	15	27	37	45	51	+7
	57	71	83	93	101	107	-14
Духовное удовлетворение	8	2	16	28	38	46	+20
	64	58	72	84	94	102	+31
Креативность	21	9	3	17	29	39	-40
	77	65	59	73	85	95	+47
Социальные контакты	32	22	10	4	18	30	+52
	88	78	66	60	74	86	-55
Собственный престиж	41	33	23	11	5	19	-63
	97	89	79	67	61	75	+70
Достижения	48	42	34	24	12	6	+76
	104	98	90	80	68	62	+87
Материальное положение	53	49	43	35	25	13	+96
	109	105	99	91	81	69	-103
Сохранение индивидуальности	56	54	50	44	36	26	-108
	112	110	106	100	92	82	-111

Интерпретация результатов

Шкалы жизненных ценностей

Развитие себя

(+) Стремление человека получать объективную информацию об особенностях его характера, способностей, о других характеристиках своей личности. Стремление к самосовершенствованию, считая при этом, что потенциальные возможности человека почти

неограничены и что в первую очередь в жизни необходимо добиться наиболее полной их реализации. Серьезное отношение к своим обязанностям, компетентность в делах. Снисходительность к людям и их недостаткам и требовательность к себе.

(–) Тенденция к самодостаточности. Такие люди ставят, как правило, порог своим возможностям и считают, что его невозможно преодолеть. Обидчивы при вынесении негативной оценки им, их характеристикам или личностным качествам, проявляют к оценке равнодушие.

Духовное удовлетворение

(+) Стремление человека к получению морального удовлетворения во всех сферах жизни. Такие люди считают, как правило, что самое важное в жизни — делать только то, что интересно и что приносит внутреннее удовлетворение. Идеалистичность во взглядах, приверженность к соблюдению этических норм в поведении и детальности.

(–) Практикум. Поиск конкретной выгоды от взаимных отношений, результатов деятельности. Циничность, пренебрежение общественным мнением, общественными нормами.

Креативность

(+) Стремление человека к реализации своих творческих возможностей, внесению различных изменений во все сферы своей жизни. Стремление избегать стереотипов и разнообразить свою жизнь. Такие люди устают от размерного хода своей жизни и всегда стараются внести в нее что-то новое. Характерны изобретательность и увлеченность в самых обыденных ситуациях.

(–) Подавленность творческих наклонностей, стереотипность поведения и деятельности. Консерватизм, следование уже устоявшимся нормам и ценностям. Раздражает отсутствие привычного. Возможна ностальгия по прежним временам.

Активные социальные контакты

(+) Стремление человека к установлению благоприятных взаимоотношений с другими людьми. Для таких людей, как правило, значимы все аспекты человеческих взаимоотношений, они часто убеждены в том, что самое ценное в жизни — это возможность общаться и взаимодействовать с другими людьми. Часто дружелюбны, общительны, непринужденны в общении, эмпатичны, социально активны.

(-) Нерешительность в общении с незнакомыми людьми, отсутствие спонтанности в высказывании, недоверие другим людям, нежелание быть открытым.

С о б с т в е н н ы й п р е с т и ж

(+) Стремление человека к признанию, уважению, одобрению со стороны других, как правило, наиболее значимых лиц, к чьему мнению он прислушивается в наибольшей степени и на чье мнение он ориентируется, в первую очередь, в своих суждениях, поступках и взглядах. Нуждается в социальном одобрении своего поведения. Самонадеян, категоричен в ситуации взаимодействия с людьми, зависимыми от него. Честолюбив.

(-) Человек не видит разницы в одобрении его поступков людьми с разными социальными статусами. Уступчив, избегает неудач, конфликтов. Лишен притязаний на статус лидера.

Д о с т и ж е н и я

(+) Стремление человека к достижению конкретных и ощутимых результатов в различные периоды жизни. Такие люди, как правило, тщательно планируют свою жизнь, ставя конкретные цели на каждом ее этапе и считая, что главное — добиться этих целей. Часто большое количество жизненных достижений служит для таких людей основанием для высокой самооценки.

(-) Безразличие к достижением. Зависимость от того, как складываются внешние ситуации. Основное кредо «поживем-увидим». Такие люди отличаются часто постановкой ближайших, конкретных целей. Иногда проявляют бессилие в стремлении достичь какую-либо дальнюю перспективную цель.

В ы с о к о е м а т е р и а л ь н о е п о л о ж е н и е

(+) Стремление человека к возможно более высокому уровню своего материального благосостояния, убежденность в том, что материальный достаток является главным условием жизненного благополучия. Высокий уровень материального благосостояния для таких людей часто оказывается основанием для развития чувства собственной значимости и повышенной самооценки.

(-) Равнодушие к материальному достатку. Игнорирование материального достатка как ценности, к которой надо стремиться. Иногда характеризуется тенденцией к маргинальности.

Сохранение собственной индивидуальности

(+) Стремление человека к независимости от других людей. Такие люди, как правило, считают, что самое важное в жизни — это сохранить неповторимость и своеобразие своей личности, своих взглядов, убеждений, своего стиля жизни, стремясь как можно меньше поддаваться влиянию массовых тенденций. Часто не доверяют авторитетам. Возможно яркое проявление таких черт, как высокий уровень самооценки, конфликтность, девиация поведения.

(–) Стремление к конформности, замкнутости, главное — не быть «белой вороной». Такие люди считают, что «выскочки» — люди невоспитанные, от которых можно ожидать непредсказуемых поступков. Такие люди не любят брать на себя ответственность.

Шкалы жизненных сфер

Сфера профессиональной жизни

(+) Высокая значимость для человека сферы его профессиональной деятельности. Они отдают много времени своей работе, включаются в решение всех производственных проблем, считая при этом, что профессиональная деятельность является главным содержанием жизни человека.

Сфера обучения и образования

(+) Стремление человека к повышению уровня своей образованности, расширению кругозора. Они считают, что главное в жизни — это учиться и получать новые знания.

Сфера семейной жизни

(+) Высокая значимость для человека всего того, что связано с жизнью его семьи, отдают много сил и времени решению проблем своей семьи, считая, что главное в жизни — это благополучие в семье.

Сфера общественной жизни

(+) Высокая значимость для человека проблем жизни общества. Такие люди вовлекаются в общественно-политическую жизнь, считая, что самое главное для человека — это его политические убеждения.

Сфера увлечений

(+) Высокая значимость для человека его увлечений, хобби. Такие люди отдают своему увлечению все свободное время и считают, что без увлечения жизнь человека во многом неполноценна.

Сфера физической активности

(+) Отражает значимость физической активности и физической культуры — элементов общей культуры для человека. Такие люди считают, что физическая культура необходима для гармонизации жизни человека, что необходимо уметь чередовать интеллектуальную деятельность с физической, что красота и внешняя привлекательность связаны часто со здоровым образом жизни, с физкультурой и спортом.

(-) Набранный по всем сферам говорит о незначимости или малой значимости данных сфер для отдельных людей. Это часто связано с возрастным периодом жизни и со степенью удовлетворенности тех или иных потребностей.

Шкалы ценностей внутри жизненных сфер

Сфера профессиональной жизни

Развитие себя

(+) Стремление к наиболее полной реализации своих способностей в сфере профессиональной жизни и к повышению своей квалификации. Заинтересованность в информации о своих профессиональных способностях и возможностях их развития. Требовательность к себе и своим профессиональным обязанностям.

(-) Данный показатель характеризует личности, которые стремятся к ограничению своей активности. При достижении каких-либо значимых результатов сразу успокаиваются, предпочитают «почивать на лаврах». Часто обидчивы при негативной оценке их профессиональных способностей.

Духовное удовлетворение

(+) Стремление иметь интересную, содержательную работу или профессию. Для таких людей характерно желание как можно глубже

проникнуть в предмет труда, получение морального удовлетворения от самого процесса работы и в меньшей степени от результата работы.

(–) Стремление к прагматичности, поиску конкретной выгоды от профессиональной деятельности. Иногда такие люди бывают неприкрыто циничны, открыто говорят о своих меркантильных интересах в ситуации выполнения каких-либо операций и видов профессиональной деятельности.

Креативность

(+) Стремление внести элемент творчества в сферу своей профессиональной деятельности. Человеку быстро становится скучно от привычных способов организации и методов работы. Для таких людей характерно постоянное желание вносить в работу различные изменения и усовершенствования. Как правило, это люди увлекающиеся и изобретательные.

(–) Стремление к консервативности, стабильности, следованию должностным инструкциям. Всякие нововведения в области методов и организация деятельности таких людей, как правило, раздражают, вызывают нежелание работать.

Активные социальные контакты

(+) Стремление к коллегиальности в работе, к делегированию полномочий, установлению благоприятных взаимоотношений с коллегами по работе. Характерна значимость факторов социально-психологического климата коллектива, атмосфера доверия.

(–) Стремление к индивидуализации деятельности. Отсутствие доверия во взаимоотношениях с членами трудового коллектива, стремление к поддержанию отношений в чисто корпоративных рамках. Такие люди не поддерживают своих коллег в ситуациях, когда это необходимо. Придерживаются мнения — каждый за себя.

Собственный престиж

(+) Стремление человека иметь работу или профессию социально одобряемую. Человек, как правило, заинтересован во мнении других людей относительно своей работы и профессии и стремится добиться признания в обществе путем выбора наиболее социально одобряемой работы или профессии.

(-) В силу различных обстоятельств выбирает себе такую работу и профессию, которую определяют человеку его желание и способности, и другие внутренние характеристики, внешняя неблагоприятная ситуация («лишь бы что-нибудь»).

Достижения

(+) Стремление достигать конкурентных и осязаемых результатов в своей профдеятельности, часто для повышения самооценки. Для таких людей характерно тщательное планирование всей работы и получение удовлетворения не от процесса, а от результата деятельности.

(-) В зависимости от других показателей (например, духовное удовлетворение, креативность или развитие себя) данная оценка характеризует человека либо увлеченного процессом работы, не заботясь о собственных достижениях, либо с недостатками в волевой сфере.

Высокое материальное положение

(+) Стремление иметь работу или профессию, гарантирующую высокую зарплату, другие виды материального благополучия. Склонность сменить работу, специальность, если она не приносит желаемого уровня материального благополучия.

(-) Выбор профессии связан либо с идеалистической направленностью личности, с его креативностью, целеустремленностью, моральным удовлетворением от своей работы, либо с далеко идущими перспективами в будущем, собственным престижем или достижениями (высокие показатели по данным ценностям).

Сохранение собственной индивидуальности

(+) Стремление посредством своей профдеятельности «выделяться из толпы». Такие люди стараются иметь работу или профессию, которая могла бы подчеркнуть индивидуальное своеобразие и неповторимость (например, выбрать необычную, редкую профессию).

(-) Стремление найти такую работу и специальность, чтобы она обеспечила надежность существования («лучше синица в руках»). Такие люди считают, что профессия — признак стабильности, а работа — не главное место, где необходимо самоутвердиться и самовыразиться.

С ф е р а о б у ч е н и я и о б р а з о в а н и я

Развитие себя

(+) Стремление повышать уровень своего образования ради развития себя как личности и своих способностей. Такие люди характеризуются заинтересованностью в оценке себя как личности и своих знаний, умений, способностей. Попытка измениться к лучшему.

(-) Стремление к получению определенного результата, свидетельствующего о достижении определенного уровня образования, или полное игнорирование образования как фактора, способствующего развитию себя.

Духовное удовлетворение

(+) Стремление как можно больше узнать по изучаемой дисциплине, в результате — получить моральное удовлетворение. Люди отличаются сильно развитой познавательной потребностью, стремлением повышать уровень своего образования.

(-) Характеризуются низкой познавательной активностью в силу отсутствия познавательного мотива. Стремление достичь конкретного, сугубо практического результата.

Креативность

(+) Стремление найти что-то новое в изучаемой дисциплине, внести свой вклад в определенную область знаний. Характеризует желание самому ответить на те вопросы, которые являются спорными, неизвестными в данной науке (участие в работе научных обществ, в научных экспериментах и т. д.).

(-) Стремление выучить основной материал по изучаемой дисциплине и отличиться в пределах заданных рамок. Такие люди часто демонстрируют стереотипность времени тех или иных проблем, негибкость, неспособность отойти от образца.

Социальные контакты

(+) Стремление идентифицировать себя с определенной социальной группой. Желание достигнуть определенного уровня образования, чтобы войти в тесные контакты с представителями данной социальной группы.

(-) Стремление к ограничению любых контактов, независимо от принадлежности к той или иной социальной группе.

Собственный престиж

(+) Стремление человека иметь такой уровень образования, который высоко ценится обществом. Такие люди заинтересованы во мнении других людей относительно своего образования или стремления достичь определенного уровня образования.

(-) Безразличие к целям обучения и образования. Такие люди стараются найти поддержку таких же, как они, которые утверждают во мнении, что важно не образование (точнее его уровень), а какие-либо другие характеристики личности, ее умения и навыки.

Достижения

(+) Стремление добиться как конкретного результата своего образовательного процесса (диплом, защита диссертации), так и других жизненных целей, достижение которых зависит от уровня образования. Стремление все тщательно спланировать на каждом этапе, повысить свою самооценку.

(-) Стремление к самодостаточности в сфере обучения на каком-либо этапе жизненного пути, связанном с другими жизненными целями и высокой самооценкой.

Высокое материальное положение

(+) Стремление достичь такого уровня образования, который позволит иметь высокую зарплату и другие виды материальных благ. Желание повышать уровень своего образования, выбирать учебное учреждение, если существующее положение дел не приносит желаемого материального благополучия.

(-) Стремление в сфере образования достичь других целей, отличных от материальных. Чаще всего показатель связан с идеалистической направленностью личности и сложившейся внешней ситуацией (например, заставили учиться).

Сохранение собственной индивидуальности

(+) Стремление построить процесс образования, чтобы он максимально соответствовал всем особенностям личности. Желание быть оригинальным, демонстрировать свои жизненные принципы. Характерна экзальтированность в поведении.

(-) Стремление к конфликтности, «как все, так и я», главное — отличиться в срок и не быть отстающим учеником, студентом и т. п.

С ф е р а с е м е й н о й ж и з н и

Развитие себя

(+) Стремление изменять к лучшему различные особенности своего характера, своей личности в семейной жизни. Заинтересованность в информации и оценке своих личных особенностей.

(–) Стремление к закреплению собственных позиций в семье. Нежелание исправлять те личные свойства, которые доставляют беспокойство членам семьи.

Духовное удовлетворение

(+) Стремление к глубокому взаимопониманию со всеми членами семьи, духовной близости с ними. В супружестве ценят настоящую любовь, считают ее главным условием семейного благополучия.

(–) Стремление иметь семью, чтобы было все, как у всех, или не хуже, чем у других. Строят брак по расчету. Брачный контракт — залог существования семьи.

Креативность

(+) Стремление ко всякого рода изменениям в своей семейной жизни и внесению в нее чего-то нового. Такие люди стараются разнообразить и жизнь своей семьи (сменить обстановку в квартире, придумать вид семейного отдыха и т. п.).

(–) Стремление к сохранению консервативных традиций, норм и правил семейной жизни.

Активные социальные контакты

(+) Стремление к определенной структуре взаимоотношений в семье, к тому, чтобы каждый член семьи, занимал какую-либо социальную позицию и выполнял строго определенные функции. Ценятся активные словесные методы воспитания детей и взаимодействия с целью взаимопонимания между членами семьи.

(–) Стремление к индивидуальному в семье. Возможно чисто потребительское отношение с целью удовлетворить свои потребности. В такой семье нет разграничения социальных ролей и функций.

Собственный престиж

(+) Стремление строить так свою семейную жизнь, чтобы обеспечить признание со стороны окружающих. Заинтересованность во мнении о различных аспектах своей семейной жизни.

(-) Не нуждается в одобрении своих поступков в семейной сфере. Иногда незначимость показателя говорит о незначимости данной сферы.

Достижения

(+) Стремление к тому, чтобы в семейной жизни добиваться каких-либо реальных результатов (как можно раньше научить детей писать). Заинтересованность в информации о семейной жизни других людей с целью сравнения весомости достижений своей семьи и других семей.

(-) Стремление уступить активность в достижении результатов другим людям, другим членам семьи и т. д. Безразличное отношение к результатам в своей семье, отсутствие интереса к опыту других семей.

Высокое материальное положение

(+) Стремление к наиболее высокому уровню материального достатка своей семьи. Такие люди считают, что семейное благополучие заключается прежде всего в хорошей обеспеченности семьи.

(-) Игнорирование материального достатка как ценности, к которой должны стремиться члены семьи. Тенденции к поиску других основ, объединяющих семью.

Сохранение собственной индивидуальности

(+) Стремление строить свою жизнь, ориентируясь лишь на собственные взгляды, желания, убеждения. Старания сохранить свою независимость даже от членов своей семьи (иногда из-за негативного опыта своей генерализованной семьи).

(-) Стремление строить коллективистскую семью, основанную на взаимопонимании и взаимозависимости.

Сфера общественной жизни

Развитие себя

(+) Стремление как можно полнее реализовать и развивать свои способности в сфере общественно-политической жизни. Особая

заинтересованность в информации о своих способностях и возможностях в данной сфере с целью их дальнейшего совершенствования. Стремление к новому идеалу.

(-) Стремление достичь каких-либо успехов в данной сфере путем минимизации затрат со своей стороны. Требовательность уважения к себе такому, какой есть. Такие люди считают, что необходимо приспособливаться к обстоятельствам, а не тратить время на совершенствование.

Духовное удовлетворение

(+) Стремление к моральному удовлетворению от процесса своей общественной деятельности.

(-) Стремление к получению практической выгоды от результата своей общественно политической деятельности, причем стараться достичь этого результата любыми путями.

Креативность

(+) Стремление внести разнообразие в свою общественную деятельность. Такие люди быстро откликаются на любые изменения, происходящие в общественно-политической жизни. Занимаясь общественной деятельностью, они стараются изменить привычные методы ее проведения, вносить что-то новое.

(-) Стремление к стабильности, неизменности позиций, чтобы не сломать в привычной жизни отлаженного механизма проведения общественно-политического мероприятия.

Активные социальные контакты

(+) Стремление реализовать свою социальную направленность через активную общественную жизнь. Желание занять такое место в структуре общественной жизни, которое обеспечивало бы более тесный контакт с определенным кругом лиц и давало бы возможность взаимодействовать с ним в общественной жизни.

(-) Незаинтересованность в широком круге социальных контактов в сфере общественно-политической жизни в силу различных обстоятельств, как личностных характеристик (замкнутость, конфликтность, подозрительность и недоверчивость к людям), так и внешне складывающейся социальной ситуации.

Собственный престиж

(+) Стремление придерживаться наиболее распространенных взглядов на общественно-политическую жизнь. Активное участие в разговорах на общественно-политические темы, высказывание, как правило, не собственного мнения, а мнений своих авторитетов.

(-) Стремление к деполитизации. Игнорирование авторитетов в общественно-политической жизни. Недоверие к объективности людей в общественно-политических вопросах.

Достижения

(+) Стремление добиваться прежде всего реальных и конкретных результатов в своей общественно-политической жизни, зачастую ради повышения своей самооценки. Люди такого типа четко планируют свою общественную работу, ставят конкретные цели на каждом этапе и стремятся любыми методами их достичь. Карьеризм в лучшем смысле способствует эффективности деятельности в данной сфере. Карьеризм в негативном плане — получение результата за счет других, за счет подавления чужих интересов.

(-) Характеризует отсутствие целеустремленности в данной сфере. Нежелание реализовать себя как общественного деятеля. Самостоятельность в плане самооценки. Незаинтересованность в чужом авторитетном мнении относительно своих способностей.

Высокое материальное положение

(+) Стремление заниматься общественно-политической деятельностью ради материального вознаграждения за нее. Активное участие в мероприятиях, если они могут принести денежное вознаграждение и другие виды материального благополучия.

(-) Стремление к общественно-политической деятельности как к делу восстановления социальной справедливости, презрительное отношение к денежному вознаграждению в благородном деле.

Сохранение собственной индивидуальности

(+) Стремление не попасть под влияние общественно-политических взглядов других людей. Ценой является та общественно-политическая позиция, которую не занимает никто, кроме него, а часто не имеют значения никакие общественно-политические взгляды. Возможно снисходительное или даже одоб-

рительное отношение ко всякого рода неформальным, скандальным организациям.

(–) Стремление не выделяться в своих общественно-политических взглядах от мнения большинства, поддерживать официальную точку зрения. Позиция «быть как все» — главная позиция в данной сфере.

С ф е р а у в л е ч е н и й

Развитие себя

(+) Стремление человека использовать свое хобби для лучшей реализации своих потенциальных возможностей. Такие люди не ограничиваются, как правило, лишь одним видом увлечения и стараются попробовать свои силы в различных занятиях.

(–) Отсутствие стремления чем-либо увлекаться, чтобы расширить свои кругозор, умения, навыки. Такие люди имеют, как правило, увлечение на уровне влечения и занимаются им нерегулярно или рассматривают его чисто теоретически.

Духовное удовлетворение

(+) Стремление человека иметь такое увлечение, которому можно отдать все свободное время, стараясь глубже проникнуть в сам предмет увлечения. Получение удовлетворения от процесса своего занятия, нежели от его результатов. Гуманистическая направленность личности.

(–) Стремление к прагматическим целям самого разного толка в своем увлечении.

Креативность

(+) Стремление человека увлекаться таким занятием, которое предоставляет широкие возможности для творчества, внесение разнообразия в сферу своего увлечения. Очевидны усилия изменить что-либо в предмете своего увлечения, внести в него что-то новое.

(–) Подавленность творческих наклонностей, стремление делать все по образцу, не внося ничего нового при создании предметов своего увлечения.

Активные социальные контакты

(+) Стремление реализовать свою социальную направленность посредством своего увлечения. Склонность увлекаться теми занятиями, которые имеют коллективный характер. Желание найти единомышленников и взаимодействовать с ними в своем увлечении.

(-) Стремление к индивидуальным тенденциям в увлечении. Нежелание вступать в активные социальные контакты по поводу досуга и хобби. Часто нерешительность и сомнение в своих способностях мешают контактам с незнакомыми людьми, имеющими те же увлечения, что и данный человек.

Собственный престиж

(+) Стремление в свободное время заниматься тем, что может служить основанием его высокой оценки другими людьми. Стремление ориентироваться на мнение значимых для него людей, как проводить свое свободное время (отпуск, часы досуга, хобби), и проводить его так, как делают они.

(-) Стремление опираться только на собственное мнение относительно того, как проводить свое свободное время, часто связано с завышенной самооценкой и игнорированием авторитетов.

Достижения

(+) Стремление человека ставить конкретные цели в сфере своего увлечения и добиваться их. Характерны заинтересованность в информации о достижениях других людей в их увлечениях с целью убедиться, что они не хуже, а, может быть, и лучше других.

(-) Самодостаточность. Отсутствие заинтересованности во мнении других людей, отсутствие планирования и достижения определенных целей в своем хобби.

Высокое материальное положение

(+) Стремление в свободное время заниматься тем, что может принести материальную пользу. Увлечения носят чисто прагматический характер (например, продукты увлечения можно продать, обменять и т. п.).

(-) Стремление заниматься в свободное время тем, что несет отдых от повседневных забот, эстетическое удовольствие, моральное удовлетворение.

Сохранение собственной индивидуальности

(+) Стремление человека к тому, чтобы увлечение помогло подчеркнуть, выразить свою индивидуальность. Увлеченность какими-либо очень редкими, необычными занятиями создавать вещи, которых нет ни у кого другого.

(-) Стремление следовать в увлечениях моде, характерной для общества в данный момент. Желание идентифицировать себя с другими и быть удовлетворенным тем, что у него, как у всех.

С ф е р а ф и з и ч е с к о й а к т и в н о с т и

Развитие себя

(+) Стремление к совершенствованию своей физической формы, заинтересованность в информации со стороны других людей о своих способностях и физических возможностях. Критическая самооценка в данной области.

(-) Нежелание прислушиваться к критической оценке своих способностей и возможностей в данной сфере со стороны других людей. Самодостаточность. Сравнение себя с другими людьми, физическое развитие которых ниже, чем у данного человека, и на этой основе — самоуспокоенность, нежелание проявлять активность в совершенствовании своих физических способностей.

Духовное удовлетворение

(+) Стремление выбрать такой вид физической активности, который приносил бы моральное удовлетворение. Получение удовольствия от процесса своего занятия большее, нежели от получения результатов в данной деятельности.

(-) Стремление к поиску практической выгоды от занятий спортом и другими видами физической активности. Игнорирование этических и эстетических чувств, возникающих в процессе занятий физической культурой.

Креативность

(+) Стремление внести разнообразие в свои занятия физкультурой и спортом, внести оригинальность в комплекс упражнений, тренировок.

(-) Стремление к стабильности, привычности в своих занятиях в данной сфере. Нежелание ничего менять. Раздражение нестандартной ситуацией игр, соревнований. Четкое разделение понятий «по правилам» — «не по правилам».

Активные социальные контакты

(+) Стремление к командным видам спорта, групповым тренировкам. Получение удовлетворения от занятий в группе знакомых, друзей по команде, по секции, по виду спорта. Даже утренняя пробежка рядом с незнакомым человеком скрашивает время.

(-) Стремление к индивидуальным видам спорта, к индивидуальным занятиям в области физической культуры. Такие люди не видят необходимости обмениваться во время занятий спортом словами, они им кажутся излишними.

Собственный престиж

(+) Стремление быть лучшим по своим физическим данным в глазах авторитетных людей. Стремление добиться признания своих успехов и одобрения у людей с высоким статусом и высоким уровнем компетентности в данной сфере.

(-) Отсутствие стремления к одобрению своих способностей в сфере физической активности. Человек не претендует на уважение за свои спортивные заслуги, физические данные. Часто спорт отсутствует вообще в жизни такого человека.

Достижения

(+) Стремление к значимому результату, планируя заранее свою деятельность в сфере физической активности. Заинтересованность в информации, какие успехи имеют другие, и стремление приумножить свои. Характерны целеустремленность и предприимчивость в данной сфере.

(-) Характеризует человека с большим желанием достижения цели иметь значительные результаты в сфере физической активности, но бессилием в стремлении их достижения. Часто самодостаточен, не нуждается в достижениях в данной сфере.

Высокое материальное положение

(+) Стремление добиться материальной выгоды из своих занятий в сфере физкультуры и спорта, физической выносливости, работоспособности.

(–) Игнорирование материальных ценностей, особенно если они даются тяжелым физическим трудом. Такие люди считают, что здоровье нужно беречь, а физический труд не оправдывает приобретенные материальные блага.

Сохранение собственной индивидуальности

(+) Стремление заниматься таким видом физической активности, чтобы занятие помогало выразить индивидуальность человека. Увлеченность редкими видами спорта. В процессе занятий могут отличаться упрямством с целью выделиться среди других, нежеланием заниматься в команде, в группе в той же целью.

(–) Стремление придерживаться современных модных тенденций в данной сфере, не выделяться ничем особенным.

Для нормирования результатов в стенах используются таблицы 9—10.

Экспресс-диагностика социальных ценностей личности¹

Назначение

Методика способствует выявлению личных, профессиональных и социально-психологических ориентаций и предпочтений и может быть полезна как при выборе характера работы, так и при оценке работника в процессе найма и аттестации кадров.

Инструкция

Ниже предлагается 16 утверждений. Оцените для себя значимость каждого из них по схеме: 10 баллов — «не важно», 20, 30, 40, ... 100 — «очень важно». Баллы внесите в бланк теста (рис. 14) в соответствии с номерами утверждений.

¹ Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005. С. 13—14.

Т а б л и ц а 9 — Ориентировочные нормы для шкал жизненных ценностей

Нормы в стенах	Виды сфер							
	Саморазвитие	Духовное удовлетворение	Креативность	Активные социальные контакты	Собственный престиж	Достижения	Высокое материальное положение	Сохранение собственной индивидуальности
<i>Мужчины 26—60 лет</i>								
1	25 и менее	28 и менее	25 и менее	24 и менее	22 и менее	27 и менее	28 и более	23 и менее
2	26—28	29—31	26—28	25—27	23—25	28—30	29—31	24—27
3	29—31	32—34	29—31	28—30	26—28	31—33	32—34	28—30
4	32—34	35—37	32—34	31—33	29—31	34—36	35—37	31—34
5	35—37	38—40	35—36	34—36	32—34	37—39	38—40	35—37
6	38—40	41—43	37—39	37—39	35—37	40—42	41—43	38—41
7	41—43	44—46	40—42	40—42	38—40	43—45	44—46	42—44
8	44—46	47—49	43—45	43—45	41—43	46—48	47—49	45—48
9	47—49	50—52	46—47	46—48	44—46	49—50	50—52	49—51
10	50 и более	53 и более	48 и более	49 и более	47 и более	51 и более	53 и более	52 и более

<i>Женщины 26—55 лет</i>								
1	24 и менее	27 и менее	21 и менее	25 и менее	20 и менее	24 и менее	26 и менее	20 и менее
2	25—26	28—31	22—24	26—28	21—23	25—27	27—30	21—23
3	27—29	32—34	25—28	29—31	24—27	28—30	31—33	24—27
4	30—32	35—37	29—31	32—35	28—30	31—32	34—37	28—30
5	33—35	38—40	32—34	36—38	31—34	33—35	38—40	31—33
6	36—37	41—44	35—37	39—41	35—37	36—38	41—44	34—37
7	38—40	45—47	38—41	42—44	38—41	39—41	45—47	38—40
8	41—43	48—50	42—44	45—47	42—45	42—43	48—51	41—44
9	44—45	51—53	45—47	48—50	46—48	44—46	52—54	45—47
10	46 и более	54 и более	48 и более	51 и более	49 и более	47 и более	55 и более	48 и более

Т а б л и ц а 10 — Ориентировочные нормы для шкал жизненных сфер

Нормы в стенах	Виды сфер					
	Профессиональная жизнь	Обучение и образование	Семейная жизнь	Общественная жизнь	Увлечения	Физическая активность
<i>Мужчины 26—60 лет</i>						
1	43 и менее	35-и менее	36 и менее	30 и менее	29 и менее	17 и менее
2	44—47	36—40	37—40	31—35	30—34	18—23
3	48—50	41—46	41—43	36—39	35—38	24—28
4	51—54	47—51	44—47	40—43	39—42	29—34
5	55—57	52—56	48—51	44—48	43—47	35—40
6	58—61	57—61	52—54	49—52	48—51	41—46
7	62—64	62—66	55—58	53—57	52—55	47—52
8	65—68	67—72	59—61	58—61	56—60	53—58
9	69—72	73—77	62—65	62—66	61—64	59—64
10	73 и более	78 и более	66 и более	67-и более	65 и более	65 и более
<i>Женщины 26—55 лет</i>						
1	45 и менее	35 и менее	40 и менее	25 и менее	24 и менее	13 и менее
2	46—48	36—40	41—44	26—30	25—29	14—19
3	49—51	41—45	45—47	31—34	30—34	20—25
4	52—54	46—50	48—50	35—39	35—40	26—30
5	55—57	51—55	51—53	40—43	41—45	31—36
6	58—60	56—60	54—56	44—48	46—50	37—42
7	61—63	61—66	57—59	49—52	51—56	43—47
8	64—66	67—71	60—63	53—57	57—61	48—53
9	67—69	72—76	64—66	58—61	62—66	54—59
10	70 и более	77 и более	67 и более	62 и более	67 и более	60 и более

Социальные ценности личности															
профессиональные		финансовые		семейные		социальные		общественные		духовные		физические		интеллектуальные	
Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл	Номер утверждения	Балл
1		2		3		4		5		6		7		8	
9		10		11		12		13		14		15		16	
Итого		Итого		Итого		Итого		Итого		Итого		Итого		Итого	

Рисунок 14 — Образец бланка теста

Опросник

1. Увлекательная работа, которая доставляет вам удовольствие.
2. Высокооплачиваемая работа.
3. Удачная женитьба или замужество.
4. Знакомство с новыми людьми, социальные мероприятия.
5. Вовлечение в общественную деятельность.
6. Ваша религия.
7. Спортивные упражнения.
8. Интеллектуальное развитие.
9. Карьера.
10. Красивые машины, одежда, дом и т. д.
11. Времяпрепровождение в кругу семьи.
12. Несколько близких друзей.
13. Работа на добровольных началах в некоммерческих организациях.
14. Медитация, размышления, молитвы и т. д.
15. Здоровая сбалансированная диета.
16. Чтение образовательной литературы, просмотр образовательных передач, самосовершенствование и т. п.

Обработка и интерпретация результатов

Чем выше итоговое количество баллов в столбце, тем большую ценность представляет для вас данное направление. При этом, чем ближе друг к другу значения во всех столбцах, тем более разносторонним человеком вы являетесь.

Опросник А. А. Реана

Инструкция

Отвечая на нижеприведенные вопросы, необходимо выбрать ответ «да» или «нет». Если вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» объединяет как явное «да», так и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет»: он объединяет явное «нет» и «скорее нет, чем да».

Отвечать на вопросы следует быстро, не задумываясь надолго. Ответ, который первый приходит в голову, как правило, является и наиболее точным.

Опросник

1. Включаясь в работу, как правило, оптимистично надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативности.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо занижено легкие задания, либо нереалистично высокие по трудности.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий, в условиях ограничения времени, результативность деятельности ухудшается.
10. Склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если рискую, то скорее с умом, а не бесшабашно.
13. Не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, чем нереально высокие.
15. В случае неудачи при выполнении какого-либо задания, его притягательность, как правило, снижается.
16. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих неудач.
17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
18. При работе в условиях ограничения времени результативность деятельности улучшается, даже если задание достаточно трудное.
19. В случае неудачи при выполнении чего-либо, от поставленной цели, как правило, не отказываюсь.
20. Если задание выбрал себе сам, то в случае неудачи его притягательность еще более возрастает.

Ключ

«Да»: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20.

«Нет»: 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.

Обработка и интерпретация результатов

За каждое совпадение ответа с ключом испытуемому дается *1 балл*. Подсчитывается общее количество набранных баллов.

Если количество набранных баллов от *1 до 7*, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи).

Если количество набранных баллов от *14 до 20*, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех).

Если количество набранных баллов от *8 до 13*, то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно иметь в виду, что если количество баллов 8, 9, то есть определенная тенденция метизации на неудачу, а если количество баллов 12, 13 — определенная тенденция мотивации на успех.

Мотивация на успех относится к позитивной мотивации. При такой мотивации человек, начиная дело, имеет в виду достижение чего-то конструктивного, положительного. В основе активности человека лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Такие люди обычно уверены в себе, в своих силах, ответственные, инициативны и активны. Их отличает настойчивость в достижении цели, целеустремленность.

Мотивация на неудачу относится к негативной мотивации. При данном типе мотивации активность человека связана с потребностью избежать срыва, порицания, наказания, неудачи. Вообще в основе этой мотивации лежит идея избегания и идея негативных ожиданий. Начиная дело, человек уже заранее боится возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха.

Люди, мотивированные на неудачу, обычно отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах. Стараясь избегать ответственных заданий, а при необходимости решения сверхответственных задач могут впадать в состояние близкое к паническому. По крайней мере, ситуативная тревожность у них в этих случаях становится чрезвычайно высокой. Все это, вместе с тем, может сочетаться с весьма ответственным отношением к делу.

Ориентационная анкета Б. Басса

Назначение

Для определения личностной направленности в настоящее время используется ориентационная анкета, впервые опубликованная в 1967 г. Б. Бассом.

Анкета состоит из 27 пунктов-суждений, по каждому из которых возможны три варианта ответов, соответствующие трем видам направленности личности. С помощью методики выявляются следующие направленности: направленность на себя (Я), направленность на общение (О), направленность на дело (Д).

Инструкция

Опросник состоит из 27 пунктов. Но к каждому из них возможны три варианта ответов: а, б, в.

Из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который лучше всего выражает вашу точку зрения по данному вопросу. В случае, если несколько вариантов ответов покажутся равноценными, выберите из них только один, который все-таки в наибольшей степени отвечает вашему мнению. Букву, которой обозначен выбранный ответ (а, б, в), напишите на листе для ответов рядом с номером соответствующего пункта (1—27) под рубрикой «больше всего» (рис. 15).

Затем из ответов выберите тот, который наименее всего близок к вашему мнению. Букву, которой обозначен этот ответ, также напишите на листе для ответов под рубрикой «меньше всего».

Старайтесь быть максимально правдивым. Нет «хороших» или «плохих» ответов, поэтому не старайтесь угадать, какой ответ является для вас лучшим.

Опросник

1. Наибольшее удовлетворение я получаю от:
 - а) одобрения моей работы;

Номер суждения	Вариант ответа	
	«больше всего»	«меньше всего»
1		
2		
...		
27		

Рисунок 15 — Образец бланка теста

- б) сознания того, что работа сделана хорошо;
в) сознания того, что меня окружают друзья.
2. Если бы я играл в футбол (волейбол, баскетбол), то я хотел бы быть:
- а) тренером, который разрабатывает тактику игры;
б) известным игроком;
в) выбранным капитаном команды.
3. По-моему, лучшим педагогом является тот, кто:
- а) проявляет интерес к учащимся и к каждому имеет индивидуальный подход;
б) вызывает такой интерес к предмету, что учащиеся с удовольствием углубляют свои знания по данному предмету;
в) создает в коллективе такую атмосферу, при которой никто не боится высказать свое мнение.
4. Мне нравится, когда люди:
- а) радуются выполненной работе;
б) с удовольствием работают в коллективе;
в) стремятся выполнить свою работу лучше других.
5. Я хотел бы, чтобы мои друзья были:
- а) отзывчивы и помогали людям, когда для этого предоставляется возможность;
б) верны и преданы мне;
в) умными и интересными людьми.
6. Лучшими друзьями я считаю тех:
- а) с кем складываются хорошие взаимоотношения;
б) на кого всегда можно положиться;
в) кто может многого достичь в жизни.
7. Больше всего я не люблю, когда:
- а) у меня что-то не получается;
б) портятся отношения с товарищами;
в) меня критикуют.
8. По-моему, хуже всего, когда педагог:
- а) не скрывает, что некоторые учащиеся ему несимпатичны, насмехается и подшучивает над ними;

- б) вызывает дух соперничества в коллективе;
 - в) недостаточно хорошо знает предмет, который преподает.
9. В детстве мне больше всего нравилось:
- а) проводить время с друзьями;
 - б) ощущение выполненных дел;
 - в) когда меня за что-нибудь хвалили.
10. Я хотел бы быть похожим на тех, кто:
- а) добился успеха в жизни;
 - б) по-настоящему увлечен своим делом;
 - в) отличается дружелюбием и доброжелательностью.
11. В первую очередь школа должна:
- а) научить решать задачи, которые ставит жизнь;
 - б) развивать прежде всего индивидуальные способности ученика;
 - в) воспитывать качества, помогающие взаимодействовать с людьми.
12. Если бы у меня было больше свободного времени, охотнее всего я использовал бы его для:
- а) общения с друзьями;
 - б) отдыха и развлечений;
 - в) своих любимых дел и самообразования.
13. Наибольших успехов я добиваюсь, когда:
- а) работаю с людьми, которые мне симпатичны;
 - б) у меня есть интересная работа;
 - в) мои усилия хорошо вознаграждаются.
14. Я люблю, когда:
- а) другие люди меня ценят;
 - б) испытываю удовлетворение от хорошо выполненной работы;
 - в) приятно провожу время с друзьями.
15. Если бы обо мне решили написать в газете, мне бы хотелось, чтобы:
- а) рассказали о каком-либо интересном деле, связанном с учебой, работой, спортом и т. п., в котором мне довелось участвовать;

- б) написать о моей деятельности;
- в) обязательно рассказали о коллективе, в котором я работаю.
16. Лучше всего я учусь, если преподаватель:
- а) имеет ко мне индивидуальный подход;
- б) сумеет вызвать у меня интерес к предмету;
- в) устраивает коллективные обсуждения изучаемых проблем.
17. Для меня нет ничего хуже, чем:
- а) оскорбление личного достоинства;
- б) неудача при выполнении важного дела;
- в) потеря друзей.
18. Больше всего я ценю:
- а) успех;
- б) возможности хорошей совместной работы;
- в) здравый практический ум и смекалку.
19. Я не люблю людей, которые:
- а) считают себя хуже других;
- б) часто ссорятся и конфликтуют;
- в) возражают против всего нового.
20. Приятно, когда:
- а) работаешь над важным для всех делом;
- б) имеешь много друзей;
- в) вызываешь восхищение и всем нравишься.
21. По-моему, руководитель в первую очередь должен быть:
- а) доступным;
- б) авторитетным;
- в) требовательным.
22. В свободное время я охотно прочитал бы книги:
- а) о том, как заводить друзей и поддерживать хорошие отношения с людьми;
- б) о жизни знаменитых и интересных людей;
- в) о последних достижениях науки и техники.

23. Если бы у меня были способности к музыке, я предпочел бы быть:
- а) дирижером;
 - б) композитором;
 - в) солистом.
24. Мне бы хотелось:
- а) придумать интересный конкурс;
 - б) победить в конкурсе;
 - в) организовать конкурс и руководить им.
25. Для меня важнее всего знать:
- а) что хочу сделать;
 - б) как достичь цели;
 - в) как организовать людей для достижения цели.
26. Человек должен стремиться к тому, чтобы:
- а) другие были им довольны;
 - б) прежде всего выполнить свою задачу;
 - в) его не нужно было упрекать за выполненную работу.
27. Лучше всего я отдыхаю в свободное время.
- а) в общении с друзьями;
 - б) просматривая развлекательные фильмы;
 - в) занимаясь своим любимым делом.

Обработка результатов

Записанные в бланке теста буквы соответствуют той или иной направленности. Это соответствие отражено в ключе, с помощью которого определяем, какую из направленностей выбрал испытуемый в каждом из утверждений как наиболее подходящую (2 балла) и как наименее подходящую (0 баллов). Направленности, которая осталась невыбранной, присваивается 1 балл. Для удобства подсчета можно использовать бланк, куда заносятся полученные баллы (рис. 16).

Номер суждения	Я	О	Д
1			
2			
...			
27			
Сумма			

Рисунок 16 — Образец бланка для обработки результатов теста

Ключ

Номер задания	Я	О	Д	Номер задания	Я	О	Д
1	а	в	б	15	б	в	а
2	б	в	а	16	а	в	б
3	а	в	б	17	а	в	б
4	в	б	а	18	а	б	в
5	б	а	в	19	а	б	в
6	в	а	б	20	в	б	а
7	в	б	а	21	б	а	в
8	а	б	в	22	б	а	в
9	в	а	б	23	в	а	б
10	а	в	б	24	б	в	а
11	б	в	а	25	а	в	б
12	б	а	в	26	в	а	б
13	в	а	б	27	б	а	в
14	а	в	б				

Интерпретация результатов

Направленность на себя (Я) — ориентация на прямое вознаграждение и удовлетворение, агрессивность в достижении статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность, интровертированность.

Направленность на общение (О) — стремление при любых условиях поддерживать отношения с людьми, ориентация на совместную деятельность, но часто в ущерб выполнению конкретных заданий или оказанию искренней помощи людям; ориентация на социальное одобрение, зависимость от группы, потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми.

Направленность на дело (Д) — заинтересованность в решении деловых проблем, в выполнении работы как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

Дифференциально-диагностический опросник (Е. А. Климов)

Назначение

Данная методика изучает степень выраженности интересов к разным группам профессий.

Инструкция

Предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу. Однако, если бы вам пришлось выбирать только одну из двух возможностей, какой вид деятельности вы предпочтете?

Ниже предлагается 20 пар утверждений, обозначенных индексами А, Б, раскрывающими в краткой форме различные виды деятельности. Внимательно прочитав оба утверждения, выберите то, которое соответствует вашему желанию. Выбор нужно сделать в каждой паре утверждений. Для этого в бланке ответов обведите кружком номер выбранного вами ответа (рис. 17).

Тип профессии				
П	Т	Ч	З	Х
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	—

Примечание. П — «Человек — Природа»; Т — «Человек — Техника»; Ч — «Человек — Человек»; З — «Человек — Знак»; Х — «Человек — Художественный образ».

Рисунок 17 — Образец бланка ответов

Опросник

1. а) ухаживать за животными;
б) обслуживать машины, приборы (следить, регулировать).
2. а) помогать больным людям, лечить их;
б) составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин.
3. а) следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок;
б) следить за состоянием, развитием растений.
4. а) обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т. п.);
б) доводить товары до покупателя (рекламировать, продавать).
5. а) обсуждать научно-популярные книги, статьи;
б) обсуждать художественные книги (пьесы, концерты).
6. а) выращивать молодняк (животных какой-либо породы);
б) тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных).
7. а) копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты);
б) управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством: подъемным краном, трактором, тепловозом.
8. а) сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т. д.);
б) художественно оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов).
9. а) ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище;
б) искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках.
10. а) лечить животных;
б) выполнять вычисления или расчеты.
11. а) выводить новые сорта растений;
б) конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины или одежду, дома, продукты питания и т. п.).
12. а) разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, поощрять, наказывать;
б) разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок).

13. а) участвовать в работе кружков художественной самодеятельности;
б) наблюдать, изучать жизнь микробов.
14. а) обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты;
б) оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах.
15. а) составлять точные описания, отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.;
б) художественно описывать, изображать события (наблюдаемые или представляемые).
16. а) делать лабораторные анализы в больнице;
б) принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
17. а) красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий;
б) осуществлять монтаж зданий или сборку машин, приборов.
18. а) организовывать культпоходы сверстников или младших (в театры, музеи), экскурсии, туристские походы и т. п.;
б) играть на сцене, принимать участие в концертах.
19. а) изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания;
б) заниматься черчением, копировать чертежи, карты.
20. а) вести борьбу с болезнями растений, вредителями леса и сада;
б) работать на клавишных машинах (пишущей машинке, теле-тайпе, наборной машине и др.).

Обработка результатов

После заполнения бланка ответов подсчитывается число обведенных кружком ответов в каждом вертикальном ряду (таких рядов пять в соответствии с типами профессий). Это число и будет показателем склонности к одному из типов профессий.

Все значения могут быть от 0 до 8 баллов. Максимальное количество баллов в определенной колонке указывает на преобладающее проявление профессиональных склонностей к данной группе профессий.

При получении одинакового количества баллов (шесть-семь) в двух и более группах профессий, можно сделать вывод о том, что интересы выражены во всех этих областях.

При получении четырех-пяти баллов по трем и более типам профессий можно говорить о том, что интересы широки, не ярко выражены и профессиональные склонности осознаются учащимися недостаточно.

Краткое описание типа профессии

«Человек — Природа». Если вы любите работать в саду, огороде, ухаживать за растениями, животными, любите предмет биологии, то ознакомьтесь с профессиями типа «Человек — Природа». Объектами труда для представителей большинства этих профессий являются: 1) животные, условия их роста, жизни; 2) растения, условия их произрастания.

Специалистам в этой области приходится: а) изучать, исследовать, анализировать состояние, условия жизни растений или животных (агроном, микробиолог, зоотехник, гидробиолог, агрохимик, фитопатолог); б) выращивать растения, ухаживать за животными (лесовод, полевод, цветочевод, овощевод, птицевод, животновод, садовод, пчеловод); в) проводить профилактику заболеваний растений и животных (ветеринар, врач карантинной службы).

Психологические требования профессий этого типа к человеку: развитое воображение, наглядно-образное мышление, хорошая зрительная память, наблюдательность, способность предвидеть и оценивать изменчивые природные факторы. Поскольку результаты деятельности выявляются по прошествии довольно длительного времени, специалист должен обладать терпением, настойчивостью, должен быть готовым работать вне коллективов, иногда в трудных погодных условиях, в грязи и т. п.

«Человек — Техника». Если вам нравится лабораторные работы по физике, химии, электротехнике, если вы делаете модели, разбираетесь в бытовой технике, если вы хотите создавать, эксплуатировать или ремонтировать машины, механизмы, аппараты, станки, то ознакомьтесь с профессиями «Человек — Техника». Большинство профессий этого типа связано с: 1) созданием, монтажом, сборкой технических устройств (специалисты проектируют, конструируют технические системы, устройства, разрабатывают процессы их изготовления, из отдельных узлов, деталей собирают машины, механизмы, приборы, регулируют и налаживают их); 2) эксплуатацией технических устройств (специалисты работают на станках, управляют транспортом, автоматическими системами); 3) ремонтом технических устройств (специалисты выявляют, распознают неис-

правности технических систем, приборов, механизмов, ремонтируют, регулируют, налаживают их).

Одно и то же техническое устройство может быть предметом труда для разных специалистов (табл. 11).

Психологические требования профессий типа «Человек — Техника» к человеку: хорошая координация движений; точное зрительное, слуховое, вибрационное и кинестетическое восприятие; развитое техническое и творческое мышление и воображение; умение переключать и концентрировать внимание; наблюдательность.

«Человек — Знаковая система». Если вы любите выполнять вычисления, чертежи, схемы, вести картотеки, систематизировать различные сведения, если вы хотите заниматься программированием, экономикой или статистикой и т. п., то знайтесь с профессиями типа «Человек — Знаковая система». Большинство профессий этого типа связано с переработкой информации и различается по особенностям предмета труда. Это могут быть: 1) тексты на родном или иностранном языках (редактор, корректор, машинистка, делопроизводитель, телеграфист, наборщик); 2) цифры, формулы, таблицы (программист, оператор ЭВМ, экономист, бухгалтер, статистик); 3) чертежи, схемы, карты (конструктор, инженер-технолог, чертежник, копировальщик, штурман, геодезист); 4) звуковые сигналы (радист, стенографист, телефонист, звукооператор).

Т а б л и ц а 11 — Разнообразие технических специальностей

Техническое устройство	Монтаж, сборка	Эксплуатация	Ремонт
Станок с числовым программным управлением	Слесарь механо-сборочных работ	Оператор станков с ЧПУ, наладчик станков с ЧПУ	Слесарь по ремонту промышленного оборудования
Энергетическая установка	Электро-монтажник	Оператор электропульты	Слесарь по ремонту электро-оборудования
Прибор	Радио-монтажник	Радиотехник	Слесарь по ремонту радиоаппаратуры
Фотокино-аппаратура	Слесарь-сборщик кинофото-аппаратуры	Кинемеханик, фотограф	Слесарь по ремонту кинофото-аппаратуры

Психологические требования профессий этого типа к человеку: хорошая оперативная и механическая память; способность к длительной концентрации внимания на отвлеченном (знаковом) материале; хорошее распределение и переключение внимания; точность восприятия, умение видеть то, что стоит за условными знаками; усидчивость, терпение; логическое мышление.

«Человек — Художественный образ». Большинство профессий этого типа связано с: 1) созданием, проектированием художественных произведений (писатель, художник, композитор, модельер, архитектор, скульптор, журналист, хореограф); 2) воспроизведением, изготовлением различных изделий по образцу (ювелир, реставратор, гравер, музыкант, актер, столяр-краснодеревщик); 3) размножением художественных произведений в массовом производстве (мастер по росписи фарфора, шлифовщик по камню и хрусталу, маляр, печатник).

Психологические требования профессий этого типа к человеку: художественные способности; развитое зрительное восприятие; наблюдательность, зрительная память; наглядно-образное мышление; творческое воображение; знание психологических законов эмоционального воздействия на людей.

«Человек — Человек». Большинство профессий этого типа связано с: 1) воспитанием, обучением людей (воспитатель, учитель, спортивный тренер); 2) медицинским обслуживанием (врач, фельдшер, медсестра, няня); 3) бытовым обслуживанием (продавец, парикмахер, официант, вахтер); 4) информационным обслуживанием (библиотекарь, экскурсовод, лектор); 5) защитой общества и государства (юрист, милиционер, инспектор, военнослужащий). Многие должности — директор, бригадир, начальник цеха, профсоюзный организатор — связаны работой с людьми, поэтому ко всем руководителям предъявляются те же требования, что и к специалистам профессий типа «Человек — Человек».

Психологические требования профессий этого типа к человеку: стремление к общению; умение легко вступать в контакт с незнакомыми людьми; устойчивое хорошее самочувствие при работе с людьми; доброжелательность, отзывчивость; выдержка; умение сдерживать эмоции; способность анализировать поведение окружающих и свое собственное, понимать намерения и настроение других людей, способность разбираться во взаимоотношениях людей, умение улаживать

разногласия между ними, организовывать их взаимодействие; способность мысленно ставить себя на место другого человека, умение слушать, учитывать мнения другого человека; способность владеть речью, мимикой, жестами; развитая речь, способность находить общий язык с разными людьми; умение убеждать людей; аккуратность, пунктуальность, собранность; знание психологии людей.

Тест Дж. Холланда

Назначение

Методика предназначена для определения типа личности с целью выбора наиболее подходящей профессии.

Инструкция

Ниже попарно представлены различные профессии. Ваша задача — из каждой пары выбрать одну профессию «для себя», в бланке ответов (рис. 18) отметить, что выбрано — «а» или «б» (для этого поставьте знак «+» или «-» в соответствующем столбике).

Если вам не подходит ни одна из двух профессий, поставьте себя в ситуацию вынужденного выбора: из двух зол выбирайте меньшее.

№ п/п	Вариант ответа	
	а	б
1		
2		
...		
39		

Рисунок 18 — Образец бланка ответов

Опросник

№ п/п	Вариант ответа	
	а	б
1	Инженер-строитель	Конструктор
2	Электротехник	Санитарный врач
3	Токарь	Наборщик
4	Фотограф	Заведующий магазином
5	Чертежник	Дизайнер
6	Философ	Психиатр

Окончание табл.

№ п/п	Вариант ответа	
	а	б
7	Редактор научного журнала	Адвокат
8	Лингвист	Переводчик художественной литературы
9	Педиатр	Статистик
10	Спортивный врач	Фельетонист
11	Нотариус	Снабженец
12	Перфораторщик	Карикатурист
13	Политический деятель	Писатель
14	Садовник	Метеоролог
15	Водитель автобуса	Фельдшер
16	Инженер-электронщик	Секретарь-машинистка
17	Маляр	Художник по дереву или металлу
18	Биолог	Глазной врач
19	Телеоператор	Режиссер
20	Гидролог	Ревизор
21	Зоолог	Главный зоотехник
22	Математик	Архитектор
23	Инспектор детской комнаты	Счетовод
24	Учитель	Профсоюзный лидер
25	Воспитатель	Художник по керамике
26	Экономист	Заведующий отделом
27	Корректор	Критик
28	Заведующий хозяйством	Дирижер
29	Радиооператор	Физик-ядерщик
30	Наладчик	Монтажник
31	Агроном-семеновод	Менеджер
32	Закройщик	Декоратор
33	Археолог	Эксперт
34	Научный работник музея	Консультант
35	Ученый	Актер
36	Логопед	Стенографист
37	Врач	Дипломат
38	Главный бухгалтер	Директор
39	Поэт	Психолог

Обработка результатов

Соотнесите результаты с содержанием ключа. За каждое совпадение с ключом присваивайте каждому ответу балл. Необходимо подсчитать общую сумму баллов по каждому из типов.

Я. Л. Холланд условно делит людей и соответственно все профессии на шесть типов. Данная методика позволяет определить, в какой степени в человеке проявляется каждый из этих типов.

Заключение о ведущем типе можно делать в том случае, если по шкале набрано не меньше 5 баллов. Анализ производится по всем шкалам. Окончательный вывод делается по типам, набравшим максимальное количество баллов.

Ключ

Реалистический тип: 1а, 2а, 3а, 5а, 14а, 15а, 17а, 19а, 29а, 30а, 31а, 32а.

Интеллектуальный тип: 1б, 6а, 7а, 8а, 14б, 18а, 20а, 21а, 24а, 29б, 33а, 34а, 35а.

Социальный тип: 2б, 6б, 9а, 10а, 15б, 18б, 23а, 24а, 25а, 34б, 36а, 37а, 39б.

Конвенциональный тип: 3б, 9б, 11а, 12а, 16б, 20б, 23б, 26а, 27а, 30б, 33б, 36б, 38а.

Предприимчивый тип: 4б, 7б, 11б, 13а, 19б, 21б, 24б, 26б, 28а, 31б, 35б, 37б, 38б.

Артистический тип: 4а, 5б, 8б, 10б, 12б, 17б, 22б, 25б, 27б, 28б, 29а, 32б.

Интерпретация результатов

Реалистический тип. Такой человек предпочитает занятия, связанные с конкретными объектами — вещами, инструментами, животными, машинами. Предпочитает занятия, требующие двигательных навыков, ловкости, конкретности.

Избегает руководящих ролей и любой другой деятельности, в которой необходимы контакты с людьми.

Охотно избирает профессии механика, инженера, электрика, агронома, садовника, шофера и т. д.

Интеллектуальный тип. Такой человек отличается чувствительностью и богатым воображением. Предпочитает размышлять о проблеме, а не заниматься практической реализацией той или иной идеи.

Ему нравится решать задачи, требующие абстрактного мышления. Выбирает научные профессии: биолог, ботаник, астроном, физик.

Социальный тип. Такой человек при решении проблем опирается больше на эмоции и чувства, чем на интеллектуальные ресурсы. Избегает «мужских» ролей, требующих моторных навыков, занятий с механизмами.

Наиболее предпочитаемые области — обучение и лечение: врач, учитель, психолог. Добивается успехов в основном в сфере общения, управления, искусства и учебы.

Конвенциональный тип. Такой человек трудно приспосабливается.

Ему нравятся занятия пассивного характера и специальности, требующие четко структурированной деятельности, которая позволяет точно установить, что правильно, а что нет.

Предпочитает профессии, связанные с канцелярией и вычислениями: машинопись, бухгалтерия, экономика.

Слабый оратор и руководитель, его решения зависят от окружающих людей.

Предприимчивый тип. Такой человек предпочитает «мужские» руководящие роли.

Ему не нравятся занятия, связанные с ручным трудом, а также требующие усидчивости и большой концентрации внимания.

Выбирает профессии типа: заведующий, директор, телеоператор, товаровед, артист, дипломат, журналист.

Артистический тип. У такого человека хорошо развиты интуиция и воображение. Ему присущи сложные взгляды на жизнь, гибкость, независимость решений.

Его не привлекают «мужские» виды деятельности: спорт, ремонт и т. д. Предпочитает занятия творческого характера: музыку, рисование, литературное творчество, фотографирование и т. д. Часто добивается больших успехов в искусстве.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. *Анастаси, А.* Психологическое тестирование / А. Анастаси, С. Урбина. — СПб. : Питер, 2002.
2. *Батаршев, А. В.* Темперамент и свойства высшей нервной деятельности : Психологическая диагностика / А. В. Батаршев. — М. : Сфера, 2002.
3. *Батаршев, А. В.* Темперамент и характер : Психологическая диагностика / А. В. Батаршев. — М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001.
4. *Бодалев, А. А.* Общая психодиагностика / А. А. Бодалев, В. В. Столин. — СПб. : Речь, 2006.
5. Большая энциклопедия психологических тестов / сост. А. А. Карелин. — М. : Эксмо, 2006.
6. *Бурлачук, Л. Ф.* Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. — СПб. : Питер, 2004.
7. Введение в общую психодиагностику / сост. И. К. Попов. — Красноярск : КГТУ ; ИИСС, 2003.
8. *Глуханюк, Н. С.* Психодиагностика : практикум / Н. С. Глуханюк, Д. Е. Белова. — М. : Академический Проект ; Екатеринбург : Деловая кн., 2005.
9. *Елисеев, О. П.* Практикум по психологии личности / О. П. Елисеев. — СПб. : Питер, 2001.
10. *Ильин, Е. П.* Дифференциальная психофизиология / Е. П. Ильин. — СПб. : Питер, 2001.
11. *Истратова, О. Н.* Справочник психолога средней школы / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. — Ростов н/Д : Феникс, 2003.
12. *Касьяник, Е. Л.* Психологическая диагностика самосознания личности / Е. Л. Касьяник, Е. С. Макеева. — Мозырь : Содействие, 2007.
13. Что я могу узнать о своем ребенке? Психологические тесты / Л. Г. Матвеева [и др.]. — Челябинск : Юж.-Урал. кн. изд-во, 1996.
14. *Немов, Р. С.* Психология. В 3 кн. / Р. С. Немов. — М. : Просвещение : ВЛАДОС, 1995.
15. Основы психологии : практикум / сост. Л. Д. Столяренко. — Ростов н/Д : Феникс, 1999.
16. *Пономарева, М. А.* Психодиагностика личности / М. А. Пономарева, Т. И. Юхновец ; под общ. ред. М. А. Пономаревой. — Минск : Тесей, 2008.
17. Практическая психология в тестах или Как научиться понимать себя и других / сост. : С. Римский, Р. Римская. — М. : АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2001.
18. Психологическая диагностика / под ред. М. К. Акимовой, К. М. Гуревича. — СПб. : Питер, 2003.

19. Психологическая диагностика / под ред. К. М. Гуревича, Е. М. Борисовой. — М. : УРАО, 1997.
20. Психология индивидуальных различий / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. — М. : ЧеРо, 2002.
21. Психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. — М. : [б. и.], 1990.
22. Психология личности: тесты, опросники, методики / сост. Н. В. Киришева, Н. В. Рябчикова. — М. : Геликон, 1995.
23. Психология : словарь / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. — М. : [б. и.], 1990.
24. Практикум по возрастной психологии / под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. — СПб. : Речь, 2002.
25. *Райгородский, Д. Я.* Практическая психодиагностика / Д. Я. Райгородский. — Самара : БАХРАХ, 1998.
26. *Рогов, Е. И.* Настольная книга практического психолога в образовании / Е. И. Рогов. — М. : Просвещение : ВЛАДОС, 1996.
27. Сборник психологических тестов. Часть 1 : пособие / сост. Е. Е. Миронова. — Минск : Женс. ин-т ЭНВИЛИА, 2005.
28. *Сыромятников, И. В.* Психодиагностика / И. В. Сыромятников. — М. : Академ. Проект ; Екатеринбург : Деловая кн., 2005.
29. Твоя профессиональная карьера : учеб. для 8—11 кл. общеобразоват. учреждений / М. С. Гуткин [и др.] ; под ред. С. Н. Чистяковой, Т. И. Шалавиной. — М. : Просвещение, 2000.
30. *Фетискин, Н. П.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. — М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005.
31. *Шевандрин, Н. И.* Основы психологической диагностики : в 3 ч. / Н. И. Шевандрин. — М. : ВЛАДОС, 2003. — Ч. 3.
32. *Шмелев, А. Г.* Основы психодиагностики / А. Г. Шмелев. — Ростов-н/Д : Феникс, 1996.

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Введение</i>	3
Понятие личности в психологии	4
Направленность личности	12
Диагностика личности	15
1 Диагностика темперамента	21
Тест «Формула темперамента» (А. Белов)	23
Опросник PEN (Г. Айзенк и И С. Айзенк)	27
Опросник EPI (Г. Айзенк)	32
Опросник для изучения темперамента (Я. Стреляу)	43
Диагностика психодинамических свойств личности (Б. Н. Смирнов)	50
Методика «Определение свойств темперамента» (В. М. Русалов)	54
Тест «Темперамент и социотипы» (Г. Хейманс)	60
2 Диагностика акцентуаций характера	65
Опросник Х. Шмишека	67
Методика «Акцентуации характера» (Е. Личко)	78
Методика диагностики типа акцентуации характера «Чертова дюжина» (А. С. Прутенков, А. А. Сяялов)	101
Методика аутоидентификации акцентуаций характера Э. Г. Эйдемиллера	126
3 Диагностика воли	132
Методика исследования волевой организации личности	132
Тест «Самооценка силы воли» (Н. Н. Обозов)	138
Опросник для оценки терпеливости	140
Опросник для оценки своего упорства	141
Опросник для оценки своей настойчивости	142
Тест «Волевая саморегуляция» (А. В. Зверьков, Е. В. Эйдман)	144
4 Диагностика мотивационно-потребностной сферы и направленности личности	149
Методика диагностики личности на мотивацию к избеганию неудач (Т. Элерс)	152
Методика диагностики личности на мотивацию к успеху (Т. Элерс)	155
Измерение мотивации достижения (модификация теста А. Мехрабиана)	157
Диагностика мотивов аффилиации (А. Мехрабиан)	163

Диагностика мотиваторов социально-психологической активности личности . . .	168
Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере (О. Ф. Потемкин)	171
Оценка уровня притязаний	176
Опросник мотивации.	177
Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич)	183
Морфологический тест жизненных ценностей (В. Ф. Сопов, Л. В. Карпушина) . . .	186
Экспресс-диагностика социальных ценностей личности.	211
Опросник А. А. Реана	216
Ориентационная анкета Б. Басса	219
Дифференциально-диагностический опросник (Е. А. Климов)	225
Тест Дж. Холланда	231
Список источников	235

Репозиторий БарГУ

Учебное издание

**ДИАГНОСТИКА
ЛИЧНОСТИ**

Практикум

**для студентов педагогических специальностей
высших учебных заведений**

В 2 частях

Часть 1

Составители: *Я. В. Березнёва, Л. И. Станиславчик*

Технический редактор *О. И. Ющук*

Корректор *И. И. Ананько*

Компьютерная верстка *О. В. Ваницкой*

Ответственный за выпуск *Е. Г. Хохол*

Подписано в печать 28.05.2010.

Формат 60 × 84 1/16. Бумага офсетная.

Гарнитура Тайм. Отпечатано на ризографе.

Усл. печ. л. 13,95. Уч.-изд. л. 10,13.

Заказ 66. Тираж 160 экз.

ЛИ 02330/0552830 от 09.02.2010

Издатель и полиграфическое исполнение:

учреждение образования

«Барановичский государственный университет»

225404, г. Барановичи, ул. Войкова, 21.

Репозиторий БарГУ