

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ
Кафедра общей психологии и конфликтологии

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА СФЕР ЛИЧНОСТИ

Лабораторный практикум

Екатеринбург 2018

УДК 159.9.072

ББК Ю991

П86

Рекомендовано Ученым советом федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный педагогический университет» в качестве *учебного* издания (Решение № 161 от 29.12.2018)

Научный редактор:

Л. А. Максимова, канд. пед. наук, доцент, директор института психологии (Уральский государственный педагогический университет)

Рецензент:

А. В. Смирнов, д-р психол. наук, профессор (Уральский государственный педагогический университет)

П86 Психологическая диагностика сфер личности
[Электронный ресурс] : лабораторный практикум / Урал. гос. пед. ун-т; авт.-сост. Ю. Е. Водяха. – Электрон. дан. – Екатеринбург : [б. и.], 2018 – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

ISBN 978-5-7186-1131-1

Предлагаемый лабораторный практикум ориентирован на требования ФГОС ВО «37.03.01 – Психология» и представляет собой методическое оснащение лекционных, семинарских и лабораторных занятий по проблемам психологической диагностики таких сфер личности как когнитивно-познавательная, эмоционально-волевая и потребностно-мотивационная. Каждая глава пособия включает полнотекстовый лекционный материал, вопросы для обсуждения на семинарском занятии и диагностический инструментарий для лабораторного занятия.

УДК 159.9.072

ББК Ю991

ISBN 978-5-7186-1131-1

© Водяха Ю. Е., 2018

© ФГБОУ ВО «УрГПУ», 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	6
Глава I.	
Психологическое измерение когнитивно-познавательной сферы личности.....	7
Особенности диагностики когнитивно-познавательной сферы личности.....	8
План семинарского занятия по теме «Диагностика когнитивно-познавательной сферы личности».....	28
Методика Мюнстерберга «Исследование избирательности внимания».....	29
Методика «Корректирующая проба» (Тест Бурдона).....	31
Методика «Красно-черная таблица» (Ф. Д. Горбов).....	33
Методика «Исследование концентрации аудиального внимания».....	35
Методика «Опосредованного запоминания».....	36
Методика «Исследование преобладающего типа запоминания».....	39
«Методика заучивания 10 слов» (А. Р. Лурия).....	42
Методика «Узнавание фигур».....	43
Методика «Исследование преобладающего типа запоминания».....	45
Опросник «Стиль мышления» (А. Алексеев, Л. Громова).....	47
Методика А. Лачинса.....	55
1.15. Краткий ориентировочный тест КОТ (В. Н. Бузина, Э. Ф. Вандерлика).....	59
Глава II.	
Психологическое измерение эмоционально-волевой сферы личности.....	69
Возможности и ограничения измерения эмоционально-волевой сферы личности.....	70
План семинарского занятия по теме «Диагностика эмоционально-волевой сферы личности».....	82
Методика САН (самочувствие, активность, настроение).....	83

Опросник ДОРС А. Леонова, С. Величковская «Дифференцированная оценка состояний сниженной работоспособности (утомление-монотония- пресыщение-стресс)».....	85
Модификация опросника SVF 120 В. Янке, Г. Эрдман Преодоление трудных жизненных ситуаций (ПТЖС) Н. Водопьянова.....	88
Методика «Шкала ситуативной тревожности Ч. Д. Спилбергера» (адаптирована Ю. Л. Ханиным).....	97
Шкала тревожности студента. Модификация Г. Ш. Габдреевой опросника Ж. Тейлор.....	98
Шкала депрессии Э. Бека.....	100
Методика диагностики уровня эмоционального выгорания (В. В. Бойко).....	103
Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е. П. Ильин).....	110
Методика «Исследование уровня эмпатийных тенденций» И. М. Юсупов.....	114
Методика диагностики волевых особенностей личности (М. В. Чумаков).....	117
Шкала дифференциальных эмоций К. Изард (адаптирована А. Леоновой).....	122
Методика диагностики эмоционального интеллекта Н. Холла.....	124
Опросник эмоциональной направленности Б. И. Додонова	126
Глава III.	
Психологическое измерение потребностно-мотивационной сферы личности.....	130
Измерение потребностно-мотивационной сферы личности.....	131
План семинарского занятия по теме «Диагностика потребностно-мотивационной сферы личности».....	141
Тест юмористических фраз ТЮФ А. Г. Шмелев, В. С. Болдырева.....	143

Диагностика мотивационной структуры личности (В. Э. Мильман).....	147
Диагностика мотивации достижения (А. Мехрабиан).....	162
Диагностика мотивов аффилиации (А. Мехрабиан).....	168
Методика для диагностики учебной мотивации студентов (А. А. Реан и В. А. Якунин, модификация Н. Ц. Бадмаевой).....	172
Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Шкала лжи) Д. Марлоу и Д. Крауна.....	175
Методика «Самооценка профессионально- педагогической мотивации» (адаптирована Н. П. Фетискиным).....	176
Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере (О. Ф. Потемкина).....	178
Методика ориентационная анкета Басса.....	183
Опросник В. К. Гербачевского.....	189
Методика диагностики выраженности склонности к риску (Г. Шуберт).....	195
Литература.....	198
Глоссарий.....	201

ПРЕДИСЛОВИЕ

Высокая эффективность применения профессиональным психологом качественной психодиагностической методики обеспечивает всестороннее изучение личностных свойств, способствует правильному выбору профессии, решению внутриличностных проблем, способствует развитию глубокого самопонимания. Однако «популяризация» психологии в конце 1990 и начале 2000-х годов привела к относительной доступности психодиагностических методик и широкому их применению как профессиональными психологами, так и не специалистами. Такое некорректное использование психодиагностического инструментария зачастую связано с ложным представлением о простоте получения интересующих «житейского исследователя» сведений и безбидности их последующего использования.

Действительность показывает, что неквалифицированное применение психодиагностических средств способно нанести серьезный моральный, а зачастую и материальный ущерб. В связи со всем вышесказанным в Российском психологическом обществе активно рассматриваются вопросы, связанные со строгой регламентацией психодиагностической деятельности в нашей стране, созданием высокого, и главное, единого стандарта уровня профессиональной подготовки специалистов, добровольной сертификации психологов, занимающихся психодиагностической деятельностью.

Предлагаемый лабораторный практикум ориентирован на требования ФГОС ВО «37.03.01 – Психология» и представляет собой методическое оснащение лекционных, семинарских и лабораторных занятий по проблемам психологической диагностики таких сфер личности как когнитивно-познавательная, эмоционально-волевая и потребностно-мотивационная. Каждая глава пособия включает полнотекстовый лекционный материал, вопросы для обсуждения на семинарском занятии и диагностический инструментарий для лабораторного занятия.

Комплексная психологическая диагностика личности позволяет построить всесторонний психологический портрет и наметить пути развития и коррекции.

Глава 1

Психологическое измерение когнитивно-познавательной сферы личности

(Свойства и виды внимания, тип и динамика
запоминания, эффекты памяти, стиль мышления,
умственные способности, ригидность
мыслительных процессов)

Особенности диагностики когнитивно-познавательной сферы

Успешность выполнения многих видов деятельности на прямую связана с уровнем интеллектуального развития. «Интеллектуальное развитие» – это комплексная характеристика, которая отражает особенности ряда психических процессов человека, таких как свойства и виды внимания, тип и динамика запоминания, эффекты памяти, стиль мышления, умственные способности, пластичность и ригидность мыслительных процессов. Данные процессы составляют отдельную сферу личности – когнитивно-познавательную сферу.

В истории развития психодиагностической мысли именно данная сфера личности впервые подверглась экспериментальному обследованию. А в настоящее время когнитивно-познавательная сфера личности самая изучаемая в психодиагностике. В психологической литературе можно встретить множество методик, в той или иной мере связанных с определением уровня интеллекта, сформированностью отдельных процессов памяти, выраженностью видов воображения и т. п.

При оценке психического развития наиболее важным является переход к пониманию развития психических структур как «сквозных» процессов (Л. М. Веккер, 2000), недизъюнктивных (нерасчленимых) психических образований (в первую очередь речи, мышления, памяти, внимания) (С. Л. Рубинштейн, А. В. Брушлинский, 2003). Подобный подход оценивает психические системы и процессы как неразделимые, но многокомпонентные структуры, в которых одновременно присутствуют и произвольные, и различным образом опосредованные (то есть произвольные, по Л. С. Выготскому) составляющие. На практике такой методологический подход оказывается реализуемым.

При изучении когнитивно-познавательной сферы следует учитывать принцип пространственно-временной динамики состояния. Так, любое проявление психической деятельности, психическая функция или процесс не могут существовать вне времени (и пространства), поэтому любое диагностическое средство (методика) исследует постоянно изменяющиеся характеристики, что накладывает определенные условия на анализ получаемых результатов. При анализе результатов, полученных при использовании конкретной диагностической методики необходимо учитывать, что исследуемое явление находится в контексте времени и физического пространства, в контексте изменения ресурсных возможностей испытуемого (истощения или пресыщения

ния, перевозбуждения или других особенностей работоспособности и изменения деятельностных характеристик).

Обследование испытуемого, какие бы диагностические средства и технологии при этом ни использовались, должно быть минимизировано и по затратам времени на его проведение, и, соответственно, по затратам сил (энергии). В. П. Устинов предлагает следующие нормативы для проведения методики:

Возраст	Продолжительность (в минутах)
5-7	3-4 (до 5-10 в игровой форме)
8-10	5 (до 10-15 в игровой форме)
11-12	7-10
13-15	15-20
Взрослые	30-35
Пожилые	15

Данные временные периоды являются оптимальными для эффективного обследования, так как в противном случае начинают действовать внешние переменные (устомление, пресыщение и т. п.). При этом необходимо учитывать, что некоторые психодиагностические методики, такие как «Краткий ориентировочный тест», «Тест Бурдона» и т. п. имеют собственные ограничения по времени. Широко известный «Тепинг-тест» проводится в течение 30 секунд, а методики, нацеленные на изучение устойчивости внимания взрослого человека, должны быть не менее 10 минут.

При изучении когнитивно-познавательной деятельности помимо общей продолжительности обследования следует обращать внимание на день недели и час обследования. Так, наиболее оптимальным днем недели для изучения процессов памяти, внимания, мышления является вторник, среда. А «лучший» отрезок времени – утро.

Согласно принципу *учета пространственно-временной динамики состояния (явления)* следует обращать внимание на темпологические и энергозатратные характеристики предыдущей перед обследованием деятельности. Не следует ожидать высоких результатов когнитивно-познавательной сферы у школьников, обследование которых проходило после урока физической культуры, или сложной контрольной по математике.

Многие методики, исследования когнитивно-познавательной сферы, можно оценить как полифункциональные, то есть помимо преимущественно ориентированного показателя изучения можно получить до-

статочно ценную информацию о развитии какого-либо другого параметра психических функций и процессов. А в любой интеллектуальный акт вовлечены: восприятие, внимание, мышление, память, воображение и речь. Так, например, тест определяющий динамику запоминания, отражает и уровень развития произвольного внимания, умственную продуктивность, сензитивность восприятия к определенному виду стимулам, и наконец, эмоциональное состояние испытуемого. Поэтому на основании результатов одной методики (несмотря на ее психометрические показатели) нельзя полностью оценить даже единичный аспект психической активности. Результаты получение по одной конкретной методике должны быть подтверждены другими методическими средствами.

Ощущение – отражение отдельных свойств предметов объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств (анализаторы) человека. Ощущения могут быть классифицированы по видам анализаторов и локализации. К основным параметрам анализаторов относятся:

- абсолютная чувствительность – соответствует минимальной интенсивности адекватного раздражителя, при которой возникает ощущение (нижний абсолютный порог);
- верхний абсолютный порог – предельно допустимая интенсивность сигнала;
- диапазон чувствительности – значения силы раздражителя от нижнего до верхнего абсолютного порога;
- дифференциальная чувствительность к изменению интенсивности раздражителя (порог различения) – минимальное изменение интенсивности, ощущаемое человеком;
- диапазон спектральной чувствительности - нижний и верхний пороги ощущений по частоте, длине волны (зрительный, слуховой, вибрационный анализаторы);
- дифференциальная чувствительность к изменению частоты раздражителя (порог различения по частоте);
- минимальная длительность сигнала, необходимая для возникновения ощущения.

Важными свойствами анализаторов являются также их пространственные характеристики, то есть распределение чувствительности в пространственных координатах (например, центральное и периферическое зрение).

Диагностика ощущений высоко специфична. Оценка свойств анализаторов проводится при отборе специалистов, деятельность которых предъявляет повышенные требования к сенсорным функциям. Например, гидроакустики должны обладать высокой абсолютной дифференциальной чувствительностью слуха. Для изучения параметров анализаторов используются различные приборы: аудиометры, адаптометры и пр.

Восприятие – познавательный процесс отражения предметов и явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств. В отличие от ощущений при восприятии отражаются не отдельные свойства, а предметы в целом – это качественно более высокий уровень познания. Восприятие рассматривается как система перцептивных действий, результатом которых является построение в сознании человека образа явления, выполняющего ориентирующую и регулиующую функции по отношению к осуществляемой деятельности.

Восприятия имеют ряд особенностей или свойств: предметность, целостность, структурность, константность, осмысленность и избирательность. Различают следующие виды восприятия: (а) по ведущему анализатору: вкусовые, обонятельные, кинестезические, осязательные, слуховые, зрительные; (б) по форме существования воспринимаемой материи: восприятие пространства, времени, движения.

Основными характеристиками продуктивности восприятия являются:

- объем – количество объектов, которое может воспринять человек в течение одной фиксации или в единицу времени;
- быстрота (скорость) – время, необходимое для адекватного восприятия предмета или явления;
- точность – соответствие возникшего образа особенностям воспринимаемого объекта и задаче, стоящей перед человеком;
- полнота – степень такого соответствия;
- надежность – возможная длительность восприятия с требуемой точностью и вероятностью адекватного восприятия объекта в заданных условиях и в течение заданного времени.

Для диагностики восприятия используются методы кратковременных экспозиций. В этих целях используют тахистоскоп – прибор для зрительного предъявления объектов с регулируемым временем экспозиции. Существуют тахистоскопы различных видов. В любом случае при оценке объема внимания следует соблюдать условия:

- (1) до экспозиции зрительное поле должно быть такой же яркости, как и при экспозиции объектов;

(2) до экспозиции зрительное поле должно иметь точку фиксации, что позволяет экспонировать объекты в центр поля зрения и способствует концентрации внимания обследуемого;

(3) предъявление объектов должно быть оптимальным, то есть достаточным для ясного восприятия и непродолжительным как одноактное восприятие.

При исследовании константности восприятия (величины, формы и цвета) обычно используются различные плоские фигуры (прямоугольники, круги и т. п.), условия восприятия которых меняются (изменяется освещение, поворот фигур по отношению к испытуемому, расстояние до фигуры и т. п.).

Оценка точности восприятия времени может производиться с помощью обычного секундомера по точности воспроизведения временных интервалов. Для многих видов профессиональной деятельности имеет большое значение правильная и быстрая оценка пространственных отношений, которая может изучаться с помощью достаточно известных методик «Компасы», «Часы», «Узоры» и др.

Внимание – это направленность и сосредоточенность психической активности на определенном объекте. Внимание – это динамическая сторона всех познавательных процессов. Можно указать несколько видов внимания: произвольное, непроизвольное и послепроизвольное.

Непроизвольное внимание возникает непосредственно под воздействием внешних раздражителей, действующих в данный момент и вызывающих оптимальное возбуждение в определенных участках коры большого мозга. Такое внимание не требует предварительной готовности человека к данному восприятию или действию. Оно протекает внезапно и, как правило, непродолжительно.

Произвольное внимание требует сознательных волевых усилий и характеризуется целенаправленностью, организованностью, устойчивостью. Произвольное внимание обусловлено рядом основных причин: 1) осознанием долга и обязанности; 2) наличием интересов, мотивов, побуждений и т. п.; 3) привычкой работать, выполнять ту или иную деятельность.

Послепроизвольное внимание возникает в тех случаях, когда исчезает необходимость волевого усилия для сохранения произвольного внимания, а эффективность познавательных процессов сохраняется. Это обычно бывает в тех случаях, когда человек увлечен какой-либо деятельностью.

Внимание характеризуется рядом свойств: объемом, концентрацией, устойчивостью, переключением, подвижностью и рас-

пределением. *Объем внимания* оценивается числом объектов или их элементов, одновременно воспринимаемых с одинаковой степенью ясности и отчетливости. При одновременной зрительной экспозиции в течение 100 мс человек может воспринять 5-9 однородных элементов. *Концентрация внимания* – это степень сосредоточенности внимания на объекте. *Устойчивость внимания* определяется длительностью сосредоточения внимания на объекте. Намеренным переносом внимания с одного объекта на другой характеризуется *переключение внимания*. *Подвижность внимания* проявляется в закономерной периодической смене объектов, на которые оно обращено. *Распределение внимания* – направленность внимания одновременно на несколько объектов, выполнение нескольких действий, слежение за несколькими независимыми процессами.

Изучение внимания (или *аттенционных способностей*) имеет большое значение в школьной психодиагностике, в частности при анализе причин неуспеваемости, особенностей учебной деятельности, в целях выработки индивидуальных психолого-педагогических рекомендаций, а также в диагностике профессионально-трудовой деятельности. Различные по характеру и выраженности нарушения внимания и умственной работоспособности типичны для некоторых контингентов больных нервно-психическими и соматическими заболеваниями. Это объясняет важность и распространенность методик, направленных на психодиагностическое исследование особенностей внимания в клинической психодиагностике.

В диагностике особенностей внимания важное место всегда должно отводиться наблюдению за деятельностью испытуемого. Суждение о развитии и состоянии характеристик внимания может быть вынесено на основании работы испытуемого над любым по характеру экспериментальным заданием. Для диагностики аттенционных способностей может использоваться любой вербальный или образный материал, достаточно хорошо знакомый испытуемому. Материал не должен создавать трудности в его восприятии и опознании. Движения, необходимые для выполнения диагностического задания, должны быть привычными для учащихся (например, при изучении распределения внимания между умственной и моторной деятельностью), должны быть привычными для учащихся.

Материал, как правило, предъявляется в виде таблиц или специальных бланков с цифрами, буквами, географическими изображениями. Особые требования предъявляются к качеству оформления материала при изучении концентрации и устойчивости внимания. Время выпол-

нения задания, как правило, не ограничено. При изучении устойчивости внимания оно должно быть не менее 10 мин.

Методы изучения объема внимания можно условно разделить на две группы: (1) – методики, основанные на тахистоскопическом предъявлении; (2) – методики, основанные на отыскивании знаков. Показателями успешности выполнения заданий обычно служат следующие: время работы с тестовым материалом, количество и характер ошибок, объем выполненной работы. При выполнении некоторых работ производятся простейшие расчеты.

Методики, основанные на тахистоскопическом предъявлении. Для предъявления стимула используются приборы (электронный тахистоскоп, экран, диапозитивы). Показателем объема внимания служит количество объектов, воспроизведенных после их предъявления. Обеспечение четкости восприятия материала достигается за счет соблюдения следующих правил:

- высота букв (цифр) должна быть 9-10 мм,
- толщина штрихов – 1,5 мм,
- длина ряда знаков – 60 мм,
- расстояние от экрана до испытуемого – 0,75-1,5 м,
- скорость экспозиции $-0,07 \pm 0,02$ секунды.

Методики, основанные на отыскивании знаков. Для изучения объема внимания часто используются таблицы с расположенными вразброс числами (одно- и двухзначными). Необходимо как можно быстрее отыскать и назвать (или записать) все числа в порядке возрастания. Для определения объема внимания используется косвенный показатель – скорость работы с таблицей.

Объем и распределение внимания можно изучать при установочной инструкции на запоминание цифр и выполнение с их помощью простейшего математического действие (нахождение суммы), без установочной инструкции на запоминание фигур, в которых эти цифры предъявляются. После записи суммы ученики должны ответить, на каких фигурах, какие числа были записаны. Объектами в данном случае являются цифры и геометрические фигуры. Фиксируемые результаты отражают объем и распределение внимания с установкой на запоминание и без.

Для изучения *распределения внимания* между различными объектами используются таблицы с цифрами разного цвета или различных систем исчисления. Испытуемый должен считать или отыскивать в определенном порядке соответствующие символы, перемежая элемен-

ты различных рядов. При этом в качестве показателя хорошего распределения внимания выступает успешное выполнение обоих заданий. Для исследования распределения внимания между различными видами деятельности могут быть использованы следующие процедуры:

- ритмическое нажатие на ключ в такт с метрономом и одновременное решение в уме арифметических задач (опыт Бине);
- работа на суппорте и устный счет;
- слушание рассказа и одновременное выполнение простейших арифметических операций (опыт Стерзингера) и др.

Для изучения *переключения внимания* обычно используются простые модели умственной или сенсомоторной деятельности, в процессе осуществления которых испытуемый через определенные промежутки времени должен менять способы ее выполнения. При исследовании процесса переключения внимания определяют способность человека быстро переходить от одной деятельности к другой, осознанно перемещать внимание с одного объекта на другой или с одних качеств или свойств на другие. Степень переключения внимания зависит от целого ряда условий, таких как: (1) соотношение между содержанием предшествующей и последующей деятельности; (2) отношения субъекта к ним: чем интереснее предшествующая и менее интересная последующая деятельность, тем труднее переключение, и наоборот.

Существует несколько вариантов процедуры обследования переключения внимания: сложение чисел с переключением (Э. Крепелин), отыскивание чисел с переключением (красно-черные таблицы Шульте), вычеркивание знаков с переключением (корректирная проба) и пр.

Для изучения особенностей внимания, в том числе его переключения, а также работоспособности и утомляемости больных **Э. Крепелином** (1895) предложено несколько простых проб. Например, испытуемому дают бланк с записанными на нем однозначными числами, которые нужно складывать в уме. Результат оценивают по времени выполнения и количеству допущенных ошибок. Другое задание заключается в последовательном вычитании из 100 или 200 одного и того же числа. Испытуемый также считает в уме, называя вслух промежуточные результаты.

Метод Шульте предполагает предъявление испытуемому большой квадратной таблицы, состоящей из квадратных ячеек. В каждой ячейке в случайном порядке размещаются различные знаки, например арабские или римские цифры. Обследуемый должен последовательно осуществлять поиск то арабской, то римской цифры. При

этом поиск арабских цифр может осуществляться в восходящем порядке (например, от 1 до 25), а римских – в нисходящем порядке. Таким образом, обследуемый в ходе опроса оказывается перед необходимостью переключать внимание с одной деятельности на другую.

Для диагностики процессов переключения внимания часто используют **черно-красные таблицы Ф. Д. Горбова** (1964). Эти таблицы представляют собой модифицированный квадрат Шульте, в котором в случайном порядке размещены черные и красные цифры. Обследуемый должен попеременно и в определенном порядке находить и показывать черные и красные цвета.

Для изучения *концентрации внимания* используются различного рода корректурные таблицы (цифровые, буквенные, с кольцами Ландольта, с простейшими геометрическими фигурами), в которых требуется в течение 5-10 мин отыскивать и вычеркивать заданные экспериментатором знаки. В результате психодиагност получает ряд количественных данных: количество просмотренных знаков, количество пропущенных знаков, количество неправильно зачеркнутых знаков. Эти данные, по сути, характеризуют меру производительности и точности работы обследуемого. Второй способ диагностики концентрации внимания основан на применении сенсомоторных проб типа лабиринтов и перепутанных линий.

При диагностике *концентрации, избирательности и устойчивости* внимания может быть использован **корректурный тест Б. Бурдона** (1895). В этом тесте испытуемому предлагается бланк с набором напечатанных в строчку букв или других знаков. Он должен за определенный отрезок времени просмотреть в каждой строке все знаки, зачеркивая предложенным способом некоторые из них.

Основой для выведения обобщенных показателей являются полученные по результатам обследования данные:

- число правильных зачеркнутых знаков – S ,
- число неправильно обнаруженных стимулов – r ,
- число всех просмотренных знаков – N ,
- число пропущенных знаков – o .

- **Показатель точности работы A** , определяемый по формуле:

$$A = S / (S + o).$$

- **Показатель производительности**, или продуктивности работы E вычисляется по формуле:

$$E = N * A.$$

- **Показатель точности избирательности внимания** рассчитывается по формуле Уиппла:

$$A = (N - r) / (N + o)$$

- **Условный показатель скорости выбора** – t , рассчитывается по формуле:

$$t = T / N$$

Наиболее известными модификациями корректурной пробы являются:

- **кольца Ландольта** (случайный набор колец с разрывами, направленными в различные стороны),
- **проба Иванова-Смоленского** (случайный набор различных вариантов сочетаний букв),
- **тест Тулуз-Пьерона** (случайный набор прямоугольников с различными вариантами заштрихованной стороны или угла).

В диагностике особенностей внимания важное место всегда должно отводиться наблюдению за деятельностью испытуемого. Суждение о развитии и состоянии характеристик внимания может быть вынесено на основании работы испытуемого над любым по характеру экспериментальным заданием.

Зарубежные методы диагностики внимания. Распространенным в западной психодиагностике тестом внимания является *Konzentration-Leistung-Test* (KLT), заключающийся в выполнении простых счетных операций. Продолжительность теста – 20 минут, результат оценивается по проценту ошибок от количества решений. Коэффициент критериальной валидности (критерий – успешность изучения математики) составляет – 0,20-0,39, коэффициент ретестовой надежности теста – 0,86-0,92.

Для изучения индивидуальных особенностей внимания используется тест на импульсивность / рефлексивность (*Matching Familiar Figures Test*).

Не менее важной является диагностика поддерживаемого внимания (процесс, обеспечивающий в течение длительного времени внимание к редким, непредсказуемым сигналам, иначе говоря, «состояние готовности»). Для этого используют тест непрерывной деятельности (*Continuous Performance Test*) и пробу парно-ассоциативного заучивания (*Paired-Associated Learning*). В первом тесте 12 букв последовательно появляются на экране (или называются вслух), одна из них является сигнальной, но реагировать на нее нужно только тогда, когда перед ней

появляется буква А. Во втором тесте предъявляются от 4 до 10 (в зависимости от возраста обследуемых) рисунков, как правило животных. Обследуемый должен поместить каждое животное в один из четырех зоопарков (южный, северный, западный и восточный), а при повторном предъявлении требуется сказать, в каком зоопарке оно находится.

Память – это форма психического отражения, реализующаяся в запоминании, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта. Память состоит из основных взаимосвязанных процессов: запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание и забывание. Выделяют различные виды памяти. По **критерию характера психической активности**, преобладающей в деятельности, различают следующие виды памяти: двигательную, эмоциональную, образную и словесно-логическую. По **характеру целей деятельности** виды памяти можно разделить на произвольную и произвольную. По критерию – **продолжительность закрепления и сохранения материала** – дифференцируют: (1) долговременную, (2) кратковременную и (3) сенсорную память. *Сенсорная память* обеспечивает удержание в течение очень короткого времени (обычно менее одной секунды) продуктов сенсорной переработки информации, поступающей в органы чувств. При сенсорной памяти мы имеем дело лишь с отдельными психофизиологическими следами воспринимаемого. В зависимости от вида стимулов различают память иконическую (зрение), память эхоическую (слух) и другие виды сенсорной памяти.

Также следует различать *механическое запоминание* (не опирающееся на логику) и *смысловое запоминание* (опирающееся на логические способности к нахождению определенной закономерности и смысла в информации).

Индивидуальные различия памяти проявляются в объеме, скорости, точности, прочности запоминания и готовности к воспроизведению.

- *объем* – количественный показатель сохранившегося в памяти или воспроизведенного материала;

- *точность запоминания и воспроизведения* – способность без искажения сохранять и воспроизвести информацию, характеризующаяся степенью соответствия между воспринятым и воспроизведенным материалом;

- *прочность запоминания* – максимальная длительность сохранения запоминаемого материала;
- *скорость запоминания* – время и число повторений, необходимые для полноты запоминания определенного объема материала;
- *мобилизационная готовность памяти* – способность легко и быстро извлекать из памяти необходимый материал.

Основные методы исследования памяти можно разделить на две ключевые группы:

1. *Методы исследования непосредственной памяти.* Эти методы позволяют определить число элементов, которое может удержать обследуемый без применения каких-либо специальных приемов смысловой организации материала.

2. *Методы опосредованного запоминания.* С помощью этих методов определяется повышение объема и прочности запоминания в результате применения специальных (мнемотехнических) средств, позволяющих ввести запоминаемые элементы в систему логических связей или использовать смысловую организацию запоминаемого материала.

Для исследования процессов памяти разработан **ряд классических методов исследования:**

1. *Метод удержания членов ряда.* В этом методе все элементы ряда (слоги, числа, фигуры, слова) предъявляются обследуемому последовательно. Такое предъявление может осуществляться в разных модальностях (зрительно или на слух). В зависимости от целей эксперимента ряд может предъявляться один или несколько раз. После предъявления всего ряда обследуемому предлагают либо сразу, либо через определенный промежуток времени воспроизвести (устно или письменно) все, что он запомнил, независимо от порядка элементов ряда. Количество правильно воспроизведенных элементов является показателем степени запоминания материала.

2. *Метод парных ассоциаций.* В данном методе экспериментальным материалом являются ряды из пар слогов, чисел фигур, слов, которые обследуемый должен запомнить. Стимульный материал предъявляется последовательно пара за парой. Между парами стимулов соблюдается строго фиксированная пауза. При использовании зрительной модальности испытуемому предлагается читать про себя или вслух каждую пару с ударением на первом элементе пары. В слу-

чае использования слуховой модальности психодиагност сам зачитывает пары, используя аналогичные правила. После предъявления всего материала один или несколько раз испытуемому предъявляется зрительно или на слух только первый элемент каждой пары, а он должен воспроизвести (устно или письменно) второй элемент пары. Число правильно воспроизведенных вторых элементов пар является количественным показателем прочности образовавшихся ассоциаций.

3. *Метод заучивания.* При этом методе обследуемый должен выучить ряд элементов (слогов, чисел, фигур, слов). Стимульный материал предлагается обследуемому несколько раз. После каждого предъявления его просят воспроизвести материал. Количество повторений, потребовавшихся для первого безошибочного воспроизведения всех элементов в любом порядке, является показателем способности к запоминанию. Если фиксировать количество правильно произведенных элементов после каждого предъявления, то можно построить график научения. Данный метод позволяет проследить динамику процесса запоминания, выявить характерные особенности процесса забывания, влияние про- и ретроактивного торможения на процесс запоминания существенного по объему материала.

4. *Метод узнавания.* При узнавании необходимо лишь выделить среди множества объектов те, которые подлежат запоминанию, тогда как воспроизведение предполагает вспоминание объектов. При методе узнавания обследуемому после предъявления ряда элементов для их запоминания предъявляется второй ряд с большим или таким же количеством аналогичных элементов, среди которых есть все или несколько элементов первого ряда, которые и предлагается узнать. С помощью указанного метода можно проследивать различия процессов узнавания и воспроизведения материала в зависимости от его объема и содержания.

В качестве стимульного материала могут использоваться легкие для воспроизведения стимулы: картинки, слова, целые рассказы и бессмысленные слоги (изучение функциональных аспектов мнемических способностей). При предъявлении материала следует помнить, что на процесс заучивания влияют быстрота предъявления, промежутки между предъявлениями, промежутки между заучиванием и воспроизведением, количество повторений. Тестовый материал может быть показан, прочитан, его можно дать прочитать самому испытуемому или позво-

лить записать. Однако при различной форме подачи материала необходимо строго следить за продолжительностью процесса запечатления.

В качестве результатов-индикаторов используются

- время, необходимое для заучивания;
- количество опытов, необходимое для заучивания;
- количество ошибок;
- количество воспроизведенных элементов после определенного времени заучивания.

В ряде случаев, особенно если в качестве материала выступают рисунки, бывает трудно решить, допустил ли ученик ошибку при воспроизведении. В этих условиях еще до опыта необходимо определить, что вы будете считать за правильные и неправильные ответы.

Основой для выведения обобщенных показателей являются полученные по результатам обследования данные:

- *M* – количество правильно воспроизведенных (узнанных) элементов;
- *N* – объем материала (общее количество предъявленных элементов);
- *L* – количество элементов, воспроизведенных в той же последовательности, в которой они предъявлялись;
- *R* – количество ошибок, допущенных обследуемым;

Для количественной оценки особенностей памяти используется **ряд показателей:**

- **Коэффициент запоминания** (*KЗ*) – количество (в %) воспроизведенных или узнаваемых элементов ряда, рассчитывается по формуле:

$$\underline{KЗ = (M / N) * 100 \% .}$$

- **Коэффициент точности запоминания** (*КТ*) количество (в %) элементов ряда, воспроизведенных в той последовательности, в которой они предъявлялись обследуемому, вычисляется согласно формуле:

$$KT = (L / M) * 100 \% .$$

- **Коэффициент ошибок** (*Ко*) – количество ошибок, допущенных при воспроизведении или узнавании стимульного материала по процентному отношению к общему объему материала, определяется по формуле:

$$Ko = (R / N) * 100 \% .$$

- **Время**, необходимое для достижения определенного уровня запоминания.

- **Число повторений** стимульного материала, необходимое для его заучивания.

Кратко охарактеризуем основные методы изучения памяти.

Метод попарного воспроизведения. Метод парных ассоциаций (А. Иост, 1897; И. Мюллер, 1900; П. Раншбург, 1905). Под этим названием объединяются два типа экспериментов.

1. Элементы заучиваются парами так, что при предъявлении первого элемента пары надо ответить вторым элементом.

2. Экспериментатор читает подряд около 24 слогов так, что первый, третий и т. д. произносятся с ударением. При тестировании экспериментатор произносит в беспорядке ударные слоги, а испытуемый должен вспомнить соответствующие неударные: *тек – чук, как – жик, мун – зик, нин – гил, лян – дун* и т. д.

Метод напряжения памяти (Джекобсон, 1987). Употребляется для определения *объема непосредственной памяти*. Испытуемому предъявляют три объекта и просят их воспроизвести, затем предъявляют четыре объекта и так далее. В результате узнают, сколько объектов испытуемый может вспомнить при однократном предъявлении. Показателем объема памяти выступают: (1) наиболее длинный ряд, который испытуемый всегда повторяет правильно; (2) наиболее длинный ряд, который испытуемый иногда повторяет правильно; (3) средний объем, который можно высчитать, давая, например, три ряда каждой длины и добавляя одну треть при каждом следующем правильном повторении, (4) когда испытуемый воспроизводит правильно все ряды с элементами, но не может воспроизвести ни одного ряда с $(h+1)$ элементами, то за показатель объема памяти следует взять $(h+0,5)$.

Тест памяти Мейли (Meili Memory Test) – методика исследования зрительной и слуховой памяти. Относится к числу проб памяти по определению количества удержанных членов ряда. Тестирование проводится в два этапа. Первый этап направлен на исследование зрительной памяти при помощи двух серий картинок (по 30 в каждой серии) с изображением различных предметов. После демонстрации картинок первой серии (с интервалом между предъявлением картинок в 2 с) делается перерыв на 10 с, и затем обследуемый называет по памяти изображенные на карточках предметы. На следующий день опыт повторяется, но уже со второй серией картинок. Аналогично проводится второй этап обследования (стимульный материал 2 серии по 30 слов). Фиксируются количество правильно названных объектов, без учета их последовательности. Получение достоверных различий по результатам отдельных серий свидетельствует о лабильности мнemi-

ческой функции, недостаточной концентрации внимания. Для общей оценки состояния памяти применение данной методики допустимо лишь в комплексе с другими методами.

При *исследовании логической памяти* наибольшее распространение получили методы: дополнения; парных мыслей; рассказа; опосредствованного запоминания. Эти методы направлены на выявление способности субъекта устанавливать связи в процессе запоминания, воспроизведения и сохранения материала.

Метод опосредствованного запоминания (по Л. С. Выготскому). Испытуемому дают установку на запоминание аудиального ряда (слова) и предлагают воспользоваться картинками для лучшего. Испытуемые выбирают из предложенных картинок, ту которая логически связана со словом. Затем респонденту предъявляются выбранные им картинки. Задача испытуемого вспомнить соответствующее слово. Количество правильно воспроизведенных слов является показателем способности к установлению осмысленных связей в процессе запоминания и использования при этом инструментальных приемов. При выполнении методики возможна косвенная диагностика мыслительной способности к установлению дальних логических связей.

Таблица

Нормативный коридор по опосредованному и непосредственному запоминанию (исследования А. Н. Леонтьева)

Способ запоминания	Возраст (лет)					
	4-5	6-7	7-12	12-16	16-22	22-28
Непосредственное запоминание	2,2	4,7	6,26	7,25	7,88	10,09
Опосредствованное запоминание	2,92	8,1	11,41	12,4	13,1	14,28

Исследование оперативной памяти. В качестве примера методики изучения оперативной памяти можно привести тест «Счет с наращиванием» (В. Д. Шадриков, 1967). Испытуемому предлагают пары однозначных чисел, которые он должен сложить и прибавить к исходному числу (2-3-4-значному), полученную сумму запомнить и к ней прибавить результат сложения следующих двух однозначных чисел и так далее. Длительность процедуры зависит от возраста испытуемых, их опыта. Осуществляется контроль правильности промежуточного результата.

В целях индивидуализации процесса обучения школьников и последующей коррекционной работы бывает полезным выявление у школьников типов памяти. Суть методики сходна с описанными выше. Содержательная валидность методики обеспечивается изменениями инструкции и характера стимульного материала.

Существующий в психодиагностике ряд классических методов исследования памяти можно условно обозначить следующими видами:

- (1) методы удержания членов ряда (слоги, числа, фигуры, слова);
- (2) методы парных ассоциаций;
- (3) метод заучивания;
- (4) методы узнавания.

К методам оценки индивидуальных особенностей *мышления* относятся многие так называемые интеллектуальные тесты, предусматривающие различных задания: выполнение арифметических операций, оценка и сравнение лексических значений слов, поиск решения исходя из общей закономерности (дедуктивное мышление) или нахождения закономерности в наборе чисел, фигур, знаков (индуктивное мышление) и т. д. Полученные с помощью тестов интеллекта результаты выражаются количественно в виде коэффициента интеллекта (IQ). На результаты теста интеллекта влияет множество факторов. Данная группа тестов является наиболее распространенной.

Следует различать тесты, направленные на измерение мышления, мыслительной операции, интеллекта и процесса познания. Несмотря на безусловную связь между данными понятиями, каждый конструкт имеет собственное содержание. Более подробно мы остановимся на этой теме в следующих главах.

Воображение – психический познавательный процесс, в результате которого создаются новые образы, идеи, программируются ситуации и их возможное развитие на основе имеющихся представлений, знаний, накопленного опыта, а порой и при отсутствии необходимой полноты знаний в данном вопросе (области).

Воображение выражается:

- в построении образа средств и конечного результата предметной деятельности человека;
- в создании, антиципации программы поведения в условиях проблемной ситуации;
- в создании образов, соответствующих описанию объекта;

– в продуцировании образов, которые не программируют, а заменяют деятельность.

В ходе осуществления деятельности воображение выступает в единстве с восприятием, мышлением, представлением и памятью. Механизм воображения основан на преобразовании представлений, создании новых образов на основе имеющихся. Синтез представлений в процессах воображения осуществляется в различных формах, таких как: агглютинация, акцентирование, заострение, схематизация, типизация. Образы воображения различаются между собой по степени яркости и по соотношению образов с действительностью.

Виды воображения различают по степени яркости и соотношению образов с действительностью (реалистическое, фантастическое), по степени активности и осознанности (активное и пассивное). Активное воображение, в свою очередь, подразделяется на творческое и воссоздающее (репродуктивное) воображение. Пассивное воображение может быть: преднамеренным и непреднамеренным.

В плане изучения наибольший интерес как правило вызывает *творческое воображение* – вид воображения, базирующийся на самостоятельном создании образов объектов, не существующих в настоящее время, или воспроизведении оригинальной модификации уже имеющегося объекта, явления; создание новых образов, требующих отбора материалов в соответствии с замыслом. Это нестандартный образ ранее описанного, прочитанного, воспринятого.

Объективную трудность изучения воображения на сегодняшний день составляет отсутствие диагностирующих функциональных механизмов воображения, невозможность определения границ возрастных норм. Данные причины обуславливают использование наблюдения за испытуемым, беседой с ним, анализом продуктов его деятельности с целью определения особенностей воображения.

В частности, об уровне развития воображения можно судить по смене преобладающих его форм и продуктивности, оригинальности, самостоятельности творческих процессов. О развитии пространственных представлений можно судить, например, на основе успеваемости школьника по таким дисциплинам, как география, геометрия, черчение и др.; слуховых представлений – на уроках музыки; абстрактно-логических представлений – на уроках физики, математики и т. д. Успешность решения образных задач тоже может служить критерием

развития способности воображения, об этом же говорит и склонность ученика к различного рода сочинительству и изобретательству.

Для диагностики способностей воображения традиционно используются следующие *методические подходы*:

- 1) оценка оригинальности традиционных видов и форм деятельности;
- 2) тестирование, связанное с задачами опредмечивания несуществующих (нереальных) или непонятных объектов («Тест чернильных пятен» Г. Роршаха);
- 3) тестирование, связанное с оценкой продуктивности процессов воображения (Тест «Круги»);
- 4) самооценка параметров образов воображения.

Все эти методические подходы к изучению воображения дают только приблизительную оценку данной способности, поскольку для полного и яркого развертывания этого процесса требуются специальные условия (установка, мотивация, вдохновение, специфические переживания и т.п.). При этом стимульный материал и способ его предъявления может быть самым различным.

Кратко охарактеризуем наиболее известные методы изучения воображения. ***Метод чернильных пятен Г. Роршаха*** предназначен для оценки оригинальности процессов воображения. В тесте Роршаха используются 10 карточек, на каждой из которых отпечатано двухстороннее симметричное пятно. Пять пятен выполнено только в серо-черных тонах, два содержат дополнительные штрихи ярко-красного цвета, а остальные три представляют собой сочетание цветов пастельных тонов. По мере того как испытуемому показывают каждое пятно, его просят пояснить, что могло бы изображать данное пятно. Помимо дословной записи ответов испытуемого по каждой карточке, экспериментатор отмечает время ответа, положение или положения, в которых держатся карточки, произвольные реплики, эмоциональные проявления и другие изменения поведения испытуемого во время сеанса тестирования. После предъявления всех 10 карточек экспериментатор по определенной системе опрашивает испытуемого относительно частей и особенностей каждого из пятен, по которым возникли ассоциации. Во время этого опроса испытуемый может также уточнить или дополнить прежние свои ответы.

Метод трех слов (тест Масселона). Этот тест позволяет оценить продуктивность вербального воображения. Испытуемому задаются три

существительных и его просят за ограниченное время составить максимальное число предложений с их совместным использованием. Оценивается количество и степень естественности предложений.

Тест «Круги». Он предназначен для оценки продуктивности невербального воображения. Испытуемому предлагается бланк с изображением 50 кругов одинакового размера, равномерно расположенных на листе. За ограниченное время ему предлагается нарисовать и назвать (подписать) максимальное количество объектов, включающих в себя круг, или некоторое их количество. Подсчитывается количество нарисованных объектов и разнообразие тематики рисунков (количество категорий, к которым относятся эти объекты).

При диагностике познавательной сферы применительно к каждому возрасту испытуемых существуют свои особенности. Но особенно важно обращать внимание на ряд факторов диагностики когнитивно-познавательной сферы личности в дошкольном возрасте. При диагностической работе с ребенком в центре внимания психодиагноста находится анализ выполнения отдельных заданий как отражение психической деятельности. Для этого важен не столько результат, сколько возможность организации деятельности по выполнению задания. Исследователю надо учитывать:

- степень организации и контроля за деятельностью ребенка со стороны взрослого;
- понимание и принятие инструкции;
- способность к организации целесообразного поведения (особенно если цель непосредственно в восприятии не задана);
- понимание несоответствия системы действий по достижению конкретного результата (или по исправлению допускаемых ошибок);
- заинтересованность ребенка;
- уровень активности;
- показатели собранности, сконцентрированности на выполнении задания;
- возможность совместных действий;
- реакцию на неудачу;
- обучаемость.

В отечественной психодиагностике исторически сложилось так, что большинство методик, находящихся в арсенале психодиагноста, на Западе давно не используются. Те же методики, которые наиболее популярны за рубежом, неизвестны в Российской Федерации.

План семинарского занятия по теме
«Диагностика когнитивно-познавательной сферы личности»

Вопросы для обсуждения на семинарском занятии:

1. Специфика измерения когнитивно-познавательной сферы
2. Приборы для измерения ощущения, восприятия, внимания.
3. Классические методики измерения внимания и памяти
4. Общая характеристика тестов воображения.

Темы рефератов:

«Возможности и ограничения психологических методов оценки памяти и внимания»

«Стимульный материал для оценки когнитивно-познавательной сферы личности»

«История возникновения метода корректурной пробы и его современные модификации»

«История возникновения метода Шульте и его современные модификации»

«Диагностика когнитивно-познавательной сферы дошкольников»

«Процедура обследования внимания и памяти при диагностике готовности к обучению в школе»

«Диагностический инструментарий исследований А. Р. Лурии в области когнитивно-познавательной сферы»

Контрольные вопросы по теме:

1. *Что включает в себя категория «интеллектуальное развитие»? Каковы детерминанты интеллектуального развития?*

2. *Назовите основные индикаторы интеллектуального развития?*

3. *Что означает выражение Веккера «сквозные процессы»?*

4. *Опишите и приведите примеры принципа пространственно-временной динамики?*

5. *Перечислите оптимальные временные периоды для эффективного обследования?*

6. *Почему большинство методик, измеряющих когнитивно-познавательную сферу, называются полифункциональными? Приведите примеры.*

7. *Что такое «диапазон чувствительности»? Для каких областей предметной деятельности важен данный показатель?*

8. Какие приборы используют для обследования параметров анализаторов?
9. Что означает выражение «продуктивность восприятия»?
10. Какие условия необходимо соблюдать при оценке восприятия?
11. Какие методы используются для измерения свойств внимания?
12. В чем состоит специфичность и универсальность стимуль-ного материала при оценке внимания?
13. Какие существуют методы для оценки объема внимания?
14. От каких условий зависит переключение внимание? Как учитываются эти условия при диагностике внимания?
15. В чем суть метода Шульте? В каких областях он использу-ется?
16. Что такое «метод корректурной пробы»? Назовите разно-видности метода?
17. Перечислите классические методы изучения памяти?
18. Перечислите индикаторы результативности методов изу-чения памяти?
19. В чем состоит объективная трудность изучения вообра-жения?
20. Назовите основные методические подходы при обследова-нии воображения?

Практическое задание

Заполнить таблицу

«Перечень психодиагностического инструментария по оценке когнитивно-познавательной сферы личности»

№	Измеряемый процесс	Измеряемый показатель	Название мето-дики	Тип методики и стимульный ма-териал

Методика Мюнстерберга

«Исследование избирательности внимания»

Цель: определить уровень избирательности внимания.

Стимульный материал: тестовый бланк, карандаш и секундомер.

Инструкция: Вам будет дан тест с напечатанными в нем по-строчно буквами и словами. Отыщите и подчеркните в нем слова. Старайтесь не пропустить ни одного слова и работайте быстро, так

как время фиксируется. Если все понятно и нет вопросов, тогда «Начали!»

Тестовый бланк выглядит следующим образом:

бсолнцетвргшоцрайонзгуцновостьхэьгчафактуекэкзаментроч
 ягшгцпрокуроргцрсеабестеорияентсджзбьамхоккейтронцыуршро
 фшуйгзхтелевизорболджшзхюэлгшьбпамятьшогхеюжиидрошлптсл
 хэнздвосприятиейцукендшизхьвафыапродблюбовьябфырплослдкн
 есласпектаклячсимтьбаюжоерадостьвуфцпэждлорпнародшмвьт
 лижьхэгнеекуыфйшрепортажздорлафывюэфбдьконкурсзжшнапт
 йфячьцувскапрличностьэхжэеюдшшглджэпрплаваниедтлжккваи
 эзбьтрлшшжнпркывкомедияшлджкуйфотчаяниейфрячатлджэтьбюн
 хтьфтасенлабораториягшдшнруцргшцтлрснованиезшэрэмитдт нта-
 опрукгвмстрпсихиатриябплмстчьфяомтзацэантзахтдкнноп

Обработка. Показателями избирательности внимания в этом исследовании являются время выполнения задания и количество ошибок и пропусков при отыскании и подчеркивании слов.

За каждое пропущенное слово снижается по одному баллу.

Время (в секундах)	Балл	Уровень
250 и более	0	Низкий
240 – 249	1	Низкий
230 – 239	2	Низкий
220 – 229	3	Низкий
210 – 219	4	Низкий
200 – 199	5	Низкий
190 – 199	6	Средний
180 – 189	7	Средний
170 – 179	8	Средний
160 – 169	9	Средний
150 – 159	10	Средний

Время (в секундах)	Балл	Уровень
140 – 149	11	Средний
130 – 139	12	Средний
120 – 129	13	Средний
110 – 119	14	Высокий
100 – 109	15	Высокий
90 – 99	16	Высокий
80 – 89	17	Высокий
70 – 79	18	Высокий
60 – 69	19	Высокий
Менее 60	20	Очень высокий

Всего в данном тесте 25 слов:

психиатрия
плавание, комедия, влияние, отделение, лаборатория, основание,
спектакль, радость, народ, репортаж, конкурс, личность,
хоккей, трон, телевизор, память, восприятие, любовь,
солнце, район, новость, факт, экзамен, порядок, теория,

Результаты оцениваются при помощи шкалы оценок, в которой баллы начисляют в зависимости от затраченного на поиск слов времени.

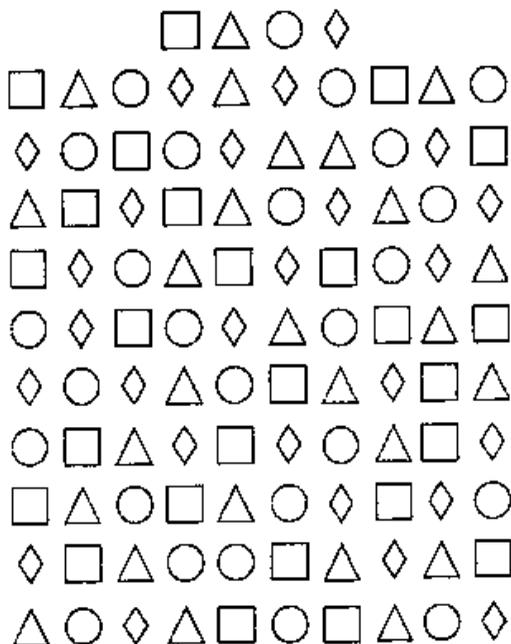
Методика «Корректирующая проба» (Тест Бурдона)

Цель: определение уровня концентрации внимания.

Стимульный материал: бланк теста Пьерона-Рузера, карандаш и секундомер.

Инструкция: Вам предложен тест с изображенными на нем квадратом, треугольником, кругом и ромбом. По сигналу «Начали» расставьте как можно быстрее и без ошибок следующие знаки в эти геометрические фигуры: в квадрат – плюс, в треугольник – минус, в кружок – ничего не ставьте и в ромб – точку. Знаки расставляйте подряд построчно. Время на работу отпущено 60 секунд. По моему сигналу «Стоп!» расставлять знаки прекратите.

Бланк с геометрическими фигурами теста Пьерона-Рузера



Экспериментатор в ходе исследования контролирует время с помощью секундомера и подает команды «Начали!» и «Стоп!» Надежность результатов исследования достигается повторными тестированиями, которые лучше проводить через значительные интервалы времени.

Обработка. Результатами данного тестирования являются: количество обработанных испытуемым за 60 секунд геометрических фигур.

Уровень концентрации внимания определяют по таблице.

Число обработанных фигур	Ранг	Уровень концентрации внимания
100	1	Очень высокий
91 – 99	2	Высокий
80 – 90	3	Средний
65 – 79	4	Низкий
64 и меньше	5	Очень низкий

Примечание: За допущенные ошибки ранг снижается.

Количество ошибок	Снижение ранга
1-2	Ранг снижается на единицу
3-4	Ранг снижается на два
Больше 4 ошибок	Ранг снижается на три

Причиной снижения концентрации внимания могут быть также состояние утомления, плохое зрение, болезнь.

Методика «Красно-черная таблица» (Ф. Д. Горбов)

Модификация методики «Таблицы Шульте»

Цель: определение переключения и распределения внимания детей и взрослых.

Стимульный материал: специальные бланки, на которых 25 красных и 24 черных числа. Первые два задания выполняются с использованием одного бланка, третье задание – на другом бланке.

Порядок проведения: Испытуемый отыскивает числа по инструкции, в определенной последовательности:

- (1) черные числа в порядке возрастания;
- (2) красные числа в убывающем порядке;
- (3) попеременный поиск черных чисел в возрастающем и красных чисел в убывающем порядке.

Фиксируемый показатель – время выполнения каждого задания.

Бланк (для взрослых)

Опыт 1 На Вашем бланке 24 числа на сером фоне и 25 чисел – на белом. Вы должны отыскать числа на сером фоне в возрастающей последовательности (от 1 до 24), а затем числа на белом фоне в убывающей последовательности (от 25 до 1). Каждый раз, находя необходимое число, запишите букву, соответствующую этому числу. Время выполнения задания фиксируется

7 у	4-в	15 в	8ч	11 к	1 г	25 я
14 ш	18 л	21 ф	15 з	3 и	19 ф	17 з
7 ж	2 х	11 т	10 с	23 м	8 м	10 а
17 б	14 п	6 р	20 п	13 ч	23 ш	5 у
9 ж	3 л	22 б	1 е	16 ц	6 д	13 н
2 и	4 ц	22 о	20 а	12 х	19 р	24 е
24 г	18 с	12 т	9 к	16 н	21 д	5 о

Опыт 2 Теперь Вы должны отыскивать числа на сером фоне в убывающем порядке, и числа на белом фоне в возрастающем порядке одновременно, попеременно.

Буквы, соответствующие цифрам на сером фоне записываются в одном ряду (сверху), а соответствующие цифрам на белом фоне – в другом (снизу), таким образом получается два ряда букв.

9 т	15 п	9 м	12 м	16 е	3 и	10 в
24 в	23 ф	1 к	19 а	15 л	8 г	17 а
18 т	14 ф	13 ш	6 с	2 л	10 е	25 р
11 к	2 г	24 ч	23 ч	5 ш	12 б	21 н
20 б	17 р	11 р	22 д	19 т	3 с	13 ж
7 х	16 х	6 ж	22 п	14 ц	8 ц	4 з
7 з	1 о	20 н	4 д	5 и	18 о	21 у

Обработка. Учитывается время выполнения каждой серии и ошибки. Время выполнения третьего задания не равно сумме времен, затраченных на выполнение первого и второго, так как часть времени

уходит на переключение внимания и оперативное удержание в голове только что названных чисел. Разница между двумя временными показателями будет временем переключения внимания с одного ряда чисел на другой. Чем меньше эта разница, тем лучше **переключение внимания**. *Виды ошибок*: пропуск числа, повторение одного числа дважды и так далее.

Правильные ответы:

Опыт 1

**г и л в у р ж ч к а т х н ш з ц б с ф п д о м е
я г ш б ф а р л з н в п ч т к с ж м у д о ц и х е**

Опыт 2

**в ч п н б т о а х л ф ж м р е т ц з с ш д и г к
о л с з и ж х г м в к б ш ц п е р т а н у д ф ч р**

Полученные в группе результаты занести в протокол и провести анализ данных (средние показатели в группе, определение категории испытуемых с высоким уровнем переключения внимания).

Протокол

№	ФИО	T1	T2	T3	T3 -T1+T2	Кол-во ошибок
1						
2						
3						
...						

Методика «Исследование концентрации аудиального внимания»

Цель: изучение концентрации внимания на основе аудиальной информации.

Инструкция: Сейчас Вам прочитают три простые арифметические задачи. Вы должны решить их в уме. Получаемые вами числа также необходимо держать в уме. Результаты вычислений записывайте только тогда, когда вам скажут «Пишите!». Вслух ничего говорить нельзя. Переспрашивать тоже нельзя. Если вы не расслышали или забыли примеры, то вместо ответа ставьте прочерк.

Стимульный материал: тексты трех задач.

Задача 1. Даны два числа: 82 ... и 68 ... Первую цифру второго числа умножьте первую цифру первого числа... и от полученного произведения отнимите вторую цифру первого числа... Пишите!

Задача 2. Даны два числа: 82... и 68... К первой цифре второго числа прибавьте вторую цифру первого числа... и полученную сумму разделите на вторую цифру второго числа... Пишите!..

Задача 3. Даны два числа: 56 ... и 92 ... Вторую цифру первого числа разделите на первую цифру второго числа... Полученное частное умножьте на вторую цифру первого числа... Пишите!..

Обработка результатов. Качественный анализ

Задачи			Интерпретация
Первая	Вторая	Третья	
Не решена	Решена	Решена	Относительно невысокая скорость сосредоточения внимания, медленная включаемость в работу
Решена	Решена	Не решена	Некоторая истощаемость внимания, неспособность сохранять высокую его степень концентрации в процессе работы.
Решена	Не решена	Решена	Неустойчивость внимания, повышенная отвлекаемость

Методика «Исследование опосредованного запоминания»

Цель: определить влияние системы вспомогательных средств на запоминание конкретных понятий.

Стимульный материал: наборы слов теста для запоминания, протокол исследования, бумага для записи, ручка, секундомер.

Исследование состоит из двух опытов и проводится с одним испытуемым.

Первый опыт

Цель первого опыта: определение объема памяти испытуемого при запоминании дискретного вербального материала. Стимульный материал состоит из 20 дискретных слов (состоящих из 4-6 букв).

Инструкция для первого опыта: Я буду читать Вам ряд слов, слушайте меня внимательно и постарайтесь их запомнить. Когда я кончу читать слова и скажу «Говорите!», назовите те слова, которые Вы запомнили, в том порядке, в каком они Вам вспоминаются. Внимание! Начали!

Протокол 1 опыта

№ п/п	Предъявлено	Воспроизведено	Примечание
1	<i>Рыба</i>		
2	<i>Бант</i>		
3	<i>Луна</i>		
4	<i>Нога</i>		
5	<i>Сено</i>		
6	<i>Власть</i>		
7	<i>Огонь</i>		
8	<i>Диван</i>		
9	<i>Хлеб</i>		
10	<i>Точка</i>		
11	<i>Улица</i>		
12	<i>Песок</i>		
13	<i>Зубы</i>		
14	<i>Окно</i>		
15	<i>Ручка</i>		
16	<i>Лампа</i>		
17	<i>Волк</i>		
18	<i>Завод</i>		
19	<i>Лилия</i>		
20	<i>Пирог</i>		

По окончании опыта испытуемый дает словесный отчет о том, каким способом он старался запоминать слова.

Второй опыт

Цель второго опыта: определение объема логического запоминания. Стимульный материал состоит из 20 пар слов (каждое слово состоит из 4-6 букв).

Инструкция для второго опыта: «Я назову вам пары слов. Слушайте меня внимательно и постарайтесь запомнить вторые слова каждой пары. Когда я закончу чтение этих пар, то буду снова читать первые слова, а Вы в ответ на названное первое слово отвечайте запомнившимся вторым словом этой же пары. Внимание! Приготовились слушать и запоминать!»

Первый раз экспериментатор зачитывает пары слов, второй раз – только первое слово из пары.

Протокол 2 опыта

№ п/п	Предъявлено	Воспроизведено	Примечание
1	<i>Курица – яйцо</i>		
2	<i>Кофе – чашка</i>		
3	<i>Стол – стул</i>		
4	<i>Земля – трава</i>		
5	<i>Ложка – вилка</i>		
6	<i>Ключ – замок</i>		
7	<i>Перо – бумага</i>		
8	<i>Закон – декрет</i>		
9	<i>Грамм – мера</i>		
10	<i>Солнце – лето</i>		
11	<i>Дерево – лист</i>		
12	<i>Очки – газета</i>		
13	<i>Туфли – обувь</i>		
14	<i>Зима – снег</i>		
15	<i>Корова – молоко</i>		
16	<i>Вино – стакан</i>		
17	<i>Печка – дрова</i>		
18	<i>Полка – книги</i>		
19	<i>Голова – волосы</i>		
20	<i>Голос – певец</i>		

По окончании опыта экспериментатор записывает в протокол словесный отчет испытуемого и свои наблюдения об особенностях запоминания слов.

Обработка. По каждому из двух опытов подсчитывают количество правильно воспроизведенных слов и количество ошибочных воспроизведений. Данные заносят в сводную таблицу:

Воспроизведенные слова	Первый опыт	Второй опыт
Правильно воспроизведенные		
Неправильно воспроизведенные		

Анализ результатов. Если запоминание в первом опыте было у испытуемого непосредственным, то его объем будет находиться в пределах 5-9 слов. Но если он запомнил более 9 слов, то использовал какие-то мнемотехнические приемы.

Также необходимо сравнить правильность воспроизведенного материала в зависимости от порядка предъявления слов в первом и втором опытах (возможен «эффект края»).

Методика «Исследование преобладающего типа запоминания»

Цель: выявить преобладающий объем памяти при разных типах предъявления вербального материала.

Стимульный материал: четыре набора слов, выражающих конкретные понятия, один из наборов выполнен на отдельных карточках, четыре небольших листа бумаги для записи и ручка, секундомер.

Исследование состоит из четырех опытов. В первом опыте слова для запоминания предъявляют на слух. Во втором – зрительно, причем каждое слово должно быть четко записано на отдельной карточке. В третьем опыте используют моторно-слуховую форму предъявления и в четвертом – комбинированную, которая сочетает в себе слуховое, зрительное и моторное восприятие материала.

Первый опыт

Инструкция: «Я буду читать Вам слова. Слушайте их внимательно и запоминайте. После паузы, когда скажу: "Пишите!", на листе бумаги запишите то, что Вы запомнили. Если все понятно, приготовьтесь слушать и запоминать».

Стимульный материал:

машина	яблоко	карандаш	весна	лампа	лес	дождь	цветок	кастрюля	воробей

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»

После первого опыта отдых – 5 минут.

Второй опыт

Инструкция: «Я буду показывать Вам карточки с написанными на них словами. Внимательно читайте их и запоминайте. По сигналу "Пишите!", на листе бумаги запишите то, что запомните. Если все понятно, приготовьтесь слушать и запоминать».

Стимульный материал состоит из карточек, с напечатанными словами:

самолет	груша	ручка
зима	свеча	поле
орех	сковорода	утка
МОЛНИЯ		

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»
После второго опыта отдых – 5 минут.

Третий опыт

Инструкция: Я буду читать Вам слова. Слушайте их внимательно и в воздухе ручкой «прописывайте» их и запоминайте. По сигналу «Пишите!» на листе бумаги запишите то, что запомнили. Если все понятно, приготовьтесь слушать, «прописывать» слова и запоминать.

Стимульный материал: пароход, слива, линейка, лето, фонарь, река, гром, ягода, тарелка, гусь.

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»
После второго опыта отдых – 10 минут.

Четвертый опыт

Инструкция: Я буду читать Вам слова. Вы их на этом листе записываете и запоминаете. После чтения последнего слова, лист переверните и по моему сигналу «Пишите!» запишите на оборотной стороне то, что запомнили. Приготовьтесь слушать, записывать и запоминать.

Стимульный материал: поезд, вишня, тетрадь, осень, люстра, поляна, гроза, гриб, чашка, курица.

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»

Обработка результатов. Показателем объема памяти в этих опытах является количество правильно воспроизведенных слов. Данные заносятся в таблицу.

№	Ф.И.О. испытуемого	Тип памяти				Доминирующий тип памяти
		Аудиальный	визуальный	Моторно- аудиальный	Комбиниро- ванный	
1						
2						
...						

Анализ результатов. Преобладающий тип памяти при разных типах предъявления словесного материала определяют путем сравнения количества правильно воспроизведенных слов в каждом из четырех опытов. Нормальным объемом непосредственной памяти следует считать запоминание 5-9 слов. Если в каком-либо опыте испытуемый запомнил 10 слов, значит он использовал какую-то систему средств. Ведущий тип памяти связан с соответствующей репрезентативной системой представлений человека. Ее выявление поможет сделать многоплановые рекомендации испытуемому, особенно в плане запоминания им наиболее значимой информации.

«Методика заучивания 10 слов» А. Р. Лурия

Цель: изучение динамики заучивания дискретного вербального материала.

Порядок проведения: шесть этапов опытов. На каждом этапе испытуемому предлагается прослушать одни и те же слова и воспроизвести их в любой очередности. Между пятым и шестым этапами перерыв 1 час. Спустя час испытуемый по просьбе исследователя воспроизводит без предварительного зачитывания запомнившиеся слова. В ходе выполнения теста заполняется протокол. Под каждым воспроизведенным словом в строчке, которая соответствует номеру попытки, ставится цифра, отражающая очередность называния испытуемым слов. Если испытуемый называет «лишнее» слово, оно фиксируется в соответствующей графе кружочками.

Стимульный материал фиксируется в протоколе:

	чис- ло	хо р	ка- мень	гри б	ки- но	зон т	мо- ре	шмел ь	лам- па	рыс ь
1										
2										
3										
4										
5										
6										

Инструкция первая: «Сейчас вам прочитают несколько слов. Слушайте внимательно. Старайтесь запомнить. После слова «Закончили» повторите столько слов, сколько запомните. Повторять слова можно в любом порядке».

Инструкция вторая: «Сейчас я снова прочту Вам те же слова, и Вы опять должны повторить их, – и те, которые Вы уже назвали, и те, которые в первый раз пропустили. По рядок слов не важен».

Инструкция третья- пятая: «Еще раз».

Инструкция после пятого повторения: «Через час Вы эти же слова назовете мне еще раз».

Обработка: По полученному протоколу составляется (график) кривая запоминания, по форме которой можно делать выводы относительно особенностей запоминания.

10						
5						
1						
	1	2	3	4	5	6

Так, большое количество «лишних» слов свидетельствует о расторможенности. При обследовании взрослых к третьему повторению испытуемый с нормальной памятью обычно воспроизводит правильно до 9 или 10 слов.

О нарушениях также свидетельствует застревание на лишнем слове.

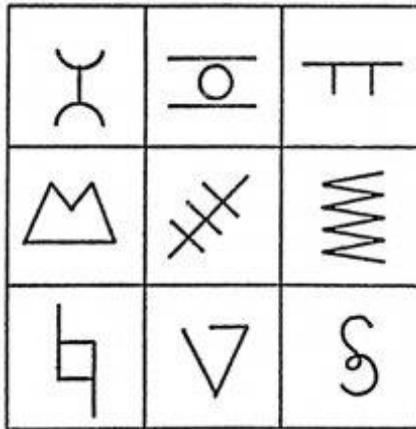
Кривая запоминания может указывать на ослабление внимания, на выраженную утомленность. Повышенная утомляемость регистрируется в том случае, если испытуемый сразу воспроизвел 8-9 слов, а затем, с каждым разом все меньше и меньше (кривая на графике не возрастает, а снижается). Кроме того, если испытуемый воспроизводит все меньше и меньше слов, это может свидетельствовать о забывчивости и рассеянности. Зигзагообразный характер кривой свидетельствует о неустойчивости внимания. Кривая, имеющая форму «плато», свидетельствует об эмоциональной вялости или отсутствии у него заинтересованности. Число слов, удержанных и воспроизведенных час спустя, свидетельствует о долговременной памяти.

Методика «Узнавание фигур»

Цель: Исследование узнавания.

Порядок проведения: экспериментатор предъявляет испытуемому таблицу с изображением 9 фигур и предлагает внимательно рассмотреть и запомнить эти фигуры в течение 10 секунд. После чего испытуемому показывают вторую таблицу, с большим количеством фигур. Испытуемый должен обнаружить среди них фигуры из первой таблицы.

Первая инструкция: Сейчас я покажу Вам изображения фигур. У Вас есть 10 секунд, чтобы постараться запомнить как можно большее количество фигур.



Вторая инструкция: На следующем рисунке среди нарисованных фигур Вы должны выбрать те, которые видели в первом случае.



Обработка: подсчитывается количество правильно и неправильно узнанных фигур. **Уровень узнавания (E)** подсчитывается по формуле:

$$E = M / 9 + N,$$
 где

- **M** – число правильно узнанных фигур,

- N – число неправильно узнанных фигур.

Наиболее оптимальный уровень узнавания равен единице, поэтому, чем ближе результаты испытуемого к единице, тем лучше у него функционируют процессы узнавания наглядного материала. Аналогичным образом можно исследовать процессы узнавания другого материала: буквенного, цифрового, словесного.

Методика «Исследование преобладающего типа запоминания»

Цель: выявить преобладающий объем памяти при разных типах предъявления вербального материала.

Стимульный материал: четыре набора слов, выражающих конкретные понятия, один из наборов выполнен на отдельных карточках, четыре небольших листа бумаги для записи и ручка, секундомер.

Исследование состоит из четырех опытов. В первом опыте слова для запоминания предъявляют на слух. Во втором – зрительно, причем каждое слово должно быть четко записано на отдельной карточке. В третьем опыте используют моторно-слуховую форму предъявления и в четвертом – комбинированную, которая сочетает в себе слуховое, зрительное и моторное восприятие материала.

Первый опыт

Инструкция первого опыта: Я буду читать Вам слова. Слушайте их внимательно и запоминайте. После паузы, когда скажу: «Пишите!», на листе бумаги запишите то, что Вы запомнили. Если все понятно, приготовьтесь слушать и запоминать.

Стимульный материал:

машина	яблоко	карандаш	весна	лампа	лес	дождь	цветок	кастрюля	воробей

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»

После первого опыта отдых – 5 минут.

Второй опыт

Инструкция второго опыта: Я буду показывать Вам карточки с написанными на них словами. Внимательно читайте их и запоминайте. По сигналу «Пишите!», на листе бумаги запишите то, что запомните. Если все понятно, приготовьтесь слушать и запоминать.

Стимульный материал состоит из карточек, с напечатанными словами: самолет, груша, ручка, зима, свеча, поле, орех, сковорода, утка, молния.

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»

После второго опыта отдых – 5 минут.

Третий опыт

Инструкция для третьего опыта: Я буду читать Вам слова. Слушайте их внимательно и в воздухе ручкой "прописывайте" их и запоминайте. По сигналу «Пишите!» на листе бумаги запишите то, что запомнили. Если все понятно, приготовьтесь слушать, "прописывать" слова и запоминать.

Стимульный материал: пароход, слива, линейка, лето, фонарь, река, гром, ягода, тарелка, гусь.

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»

После второго опыта отдых – 10 минут.

Четвертый опыт

Инструкция для четвертого опыта: Я буду читать Вам слова. Вы их на этом листе записываете и запоминаете. После чтения последнего слова, лист переверните и по моему сигналу «Пишите!» запишите на оборотной стороне то, что запомнили. Приготовьтесь слушать, записывать и запоминать.

Стимульный материал: поезд, вишня, тетрадь, осень, люстра, поляна, гроза, гриб, чашка, курица.

Примечание: после паузы в 10 секунд дается команда «Пишите!»

Обработка результатов. Показателем объема памяти в этих опытах является количество правильно воспроизведенных слов. Данные заносятся в таблицу.

Количество правильно воспроизведенных слов	Тип памяти			
	аудиальный	визуальный	Моторно-аудиальный	Комбинированный

Анализ результатов. Преобладающий тип памяти при разных типах предъявления словесного материала определяют путем сравнения количества правильно воспроизведенных слов в каждом из четырех опытов. Нормальным объемом непосредственной памяти следует считать запоминание 5-9 слов. Если в каком-либо опыте испытуемый запомнил 10 слов, значит он использовал какую-то систему средств. Ведущий тип памяти связан с соответствующей репрезентативной си-

стемой представлений человека. Ее выявление поможет сделать многоплановые рекомендации испытуемому, особенно в плане запоминания им наиболее значимой информации.

Опросник «Стиль мышления» (А. Алексеева, Л. Громовой)

Цель: определение преобладающего стиля мыслительной деятельности (возможна типологизация).

Стимульный материал: бланк опросника, ручка или карандаш.

Инструкция: «Этот опросник предназначен для того, чтобы помочь Вам определить предпочитаемый Вами способ мышления, а также манеру задавать вопросы и принимать решения. Среди предлагаемых Вам на выбор ответов нет правильных или неправильных. Максимум полезной информации Вы получите в том случае, если будет как можно точнее сообщать об особенностях Вашего реального мышления, а не о том, как, по-вашему, следовало бы мыслить.

Каждый пункт данного опросника состоит из утверждения, за которым следует пять его возможных окончаний. Ваша задача – указать ту степень, в которой каждое окончание применимо к Вам. На бланке опросника в квадратиках справа от каждого окончания проставьте номера: 5, 4, 3, 2 или 1, указывающие на ту степень, в которой данное окончание применимо к Вам: от 5 (более всего подходит) до 1 (менее всего подходит). Каждый номер (балл) должен быть использован ТОЛЬКО ОДИН РАЗ в группе из пяти окончаний. Даже если два окончания (или более) кажутся одинаково применимы к Вам, все-таки постарайтесь их упорядочить. Каждое из пяти окончаний в группе должно получить свой номер: 5, 4, 3, 2, 1».

(А) Когда между людьми имеет место конфликт на почве идей, я отдаю предпочтение той стороне, которая:

1. Устанавливает, определяет конфликт и пытается выразить его открыто
2. Лучше всех затрагивает ценности и идеалы
3. Лучше всех отражает мои личные взгляды и опыт
4. Подходит к ситуации наиболее логично и последовательно
5. Излагает аргументы наиболее кратко и убедительно

(Б) Когда я начинаю работать над проектом в составе группы, самое важное для меня:

1. Понять цели и значение этого проекта
2. Раскрыть цели и ценности участников рабочей группы
3. Определить, как мы собираемся разрабатывать данный проект
4. Понять, какую выгоду этот проект может принести для нашей группы
5. Чтобы работа над проектом была организована и сдвинулась с места

(В) Вообще говоря, я усваиваю новые идеи лучше всего, когда могу:

1. Связать их с текущими или будущими занятиями
2. Применить их к конкретным ситуациям
3. Сосредоточиться на них и тщательно их проанализировать
4. Понять, насколько они сходны с привычными идеями
5. Противопоставить их другим идеям

(Г) Для меня графики, схемы, чертежи в книгах или статьях обычно:

1. Полезнее текста, если они точны
2. Полезны, если они ясно показывают важные факты
3. Полезны, если они подкрепляются и поясняются текстом
4. Полезны, если они поднимают вопросы по тексту
5. Не более и не менее полезны, чем другие материалы

(Д) Если бы мне предложили провести какое-то исследование, я, вероятно начал бы с :

1. Попытки определить его место в более широком контексте
2. Определения того, смогу ли я выполнить его в одиночку или мне потребуется помощь
3. Размышлений и предложений о возможных результатах
4. Решения о том, следует ли вообще проводить это исследование
5. Попытки сформулировать проблему как можно полнее и точнее

(Е) Если бы мне пришлось собирать от членов какой-то организации информацию, касающуюся ее насущных проблем, я предпочел бы:

1. Встретиться с ними индивидуально и задать каждому свои конкретные вопросы
2. Провести общее собрание и попросить их высказать свое мнение
3. Опросить их небольшими группами, задавая общие вопросы
4. Встретиться неофициально с влиятельными лицами и выяснить их взгляды
5. Попросить членов организации предоставить мне (желательно в письменной форме) всю относящуюся к делу информацию, которой они располагают

(Ж) Вероятно, я буду считать что-то правильным, истинным, если это «что-то»:

1. Выстояло против оппозиции, выдержало сопротивление противоположных подходов
2. Согласуется с другими вещами, которым я верю
3. Было подтверждено на практике
4. Поддается логическому и научному доказательству.
5. Можно проверить лично на доступных наблюдению фактах

(З) Когда я на досуге читаю журнальную статью, она будет скорее всего:

1. О том, как кому-то удалось разрешить личную или социальную проблему
2. Посвящена дискуссионному политическому или социальному вопросу
3. Сообщением о научном или историческом исследовании
4. Об интересном, забавном человеке или событии.
5. Точной, без доли вымысла, с сообщением о чем-то интересном жизненном опыте

(И) Когда я читаю отчет о работе, я обращаю больше всего внимания на:

1. Близость выводов к моему личному опыту
2. Возможность выполнения данных рекомендаций
3. Надежность и обоснованность результатов фактическими данными
4. Понимание автором целей и задач работы
5. Интерпретацию данных

(К) Когда передо мной поставлена задача, первое, что я хочу узнать - это:

1. Каков наилучший метод для решения данной задачи
2. Кому и когда нужно, чтобы эта задача была решена
3. Почему эту задачу стоит решать
4. Какое влияние ее решение может иметь на другие задачи, которые приходится решать
5. Какова прямая, немедленная выгода от решения данной задачи

(Л) Обычно я узнаю максимум о том, как сделать что-то новое, благодаря тому, что:

1. Уясняю для себя, как это связано с чем-то другим, что мне хорошо знакомо
2. Принимаюсь за дело как можно раньше
3. Выслушиваю различные точки зрения по поводу того, как это сделать
4. Есть кто-то, кто показывает мне, как это сделать.
5. Тщательно анализирую, как это сделать наилучшим образом

(М) Если бы мне пришлось проходить испытание или сдавать экзамен, я предпочел бы :

1. Набор объективных, проблемно-ориентированных вопросов по предмету
2. Дискуссию с теми, кто также проходить испытание

3. Устное изложение и показ того, что я знаю
4. Сообщение в свободной форме о том, как я применил то, чему научился
5. Письменный отчет, охватывающий историю вопроса, теорию и метод

(Н) Люди, чьи особые качества я уважаю больше всего, это вероятно:

1. Выдающиеся философы и ученые
2. Писатели и учителя
3. Лидеры деловых и политических кругов
4. Экономисты и инженеры
5. Фермеры и журналисты

(О) Вообще говоря, я нахожу теорию полезной, если она:

1. Кажется родственной тем другим теориям и идеям, которые я уже усвоил
2. Объясняет вещи новым для меня образом
3. Способна систематически объяснять множество связанных ситуаций
4. Служит прояснению моего личного опыта и наблюдений
5. Имеет конкретное практическое приложение

(П) Когда я читаю статью по дискуссионному вопросу, я предпочитаю, чтобы в ней:

1. Показывались преимущества для меня в зависимости от выбираемой точки зрения
2. Излагались все факты в ходе дискуссии
3. Логично и последовательно обрисовывались затрагиваемые спорные вопросы
4. Определялись ценности, которые исповедует автор
5. Ярko освещались обе стороны спорного вопроса и существо конфликта

(Р) Когда я читаю книгу, выходящую за рамки моей непосредственной деятельности, я делаю это главным образом вследствие:

1. Заинтересованности в совершенствовании своих профессиональных знаний
2. Указания со стороны уважаемого мной человека на возможную ее полезность
3. Желания расширить свою общую эрудицию
4. Желания выйти за пределы собственной деятельности для разнообразия
5. Стремления узнать больше об определенном предмете

(С) Когда я впервые подхожу к какой-то технической проблеме, я скорее всего буду:

1. Пытаться связать ее с более широкой проблемой или теорией
2. Искать пути и способы решить эту проблему
3. Обдумывать альтернативные способы ее решения
4. Искать способы, которыми другие, возможно, уже решили эту проблему.
5. Пытаться найти самую лучшую процедуру для ее решения

(Т) Вообще говоря, я более всего склонен к тому чтобы:

1. Находить существующие методы, которые работают, и использовать их как можно лучше.
2. Ломать голову над тем, как разнородные методы могли бы работать вместе
3. Открывать новые и более совершенные методы
4. Находить способы заставить существующие методы работать лучше и по-новому
5. Разбираться в том, как и почему существующие методы должны работать

Сумма баллов по вертикали				С	И	П	А	Р	

Работа с дешифратором. (1) Выписать поставленные испытуемым баллы в дешифратор в соответствующие клетки. (2) Продублировать баллы в клетки по горизонтали (см. прямые горизонтальные линии). (3) Сосчитать сумму баллов по вертикали (см. вертикальные пунктирные линии) и занести полученные результаты в соответствующие клетки дешифратора (см. нижний ряд дешифратора). Обозначения в клетках нижнего ряда «С», «И», «П», «А», «Р» – основные мыслительные стратегии, соответственно, синтезатор, идеалист, прагматик, аналитик, реалист. (4) Определить доминирующий стиль (или стили) мыслительной стратегии. Пользуясь интерпретацией описать полученный результат.

Интерпретация. Приведем краткие качественные характеристики каждого типа личности в соответствии со стилем мышления.

Синтезаторы. Они всегда интеграторы, ищут теоретическую перспективу, пытаясь создать по возможности более широкую и обобщенную концепцию, которое «сняло» бы противоречие и тем самым примирило бы противоположные стороны. Синтезаторы питают страстную любовь к теориям, преимущественно собственным, и нередко весьма сложным и абстрактным для других. Их отличает креативность, чувство нового, острота взгляда и языка.

Идеалисты. Это люди, которые, прежде всего, обладают широким взглядом на вещи. Для них характерны возвышенные идеалы, высокие нормы морали и поведения и критерии оценки деятельности. Чтобы удовлетворить их запросы, требуется поистине высокое качество работы и образцовое поведение. Из-за своих слишком идеалистических стандартов они нередко разочаровываются в людях, чьи стремления и нормы кажутся менее возвышенными, чем их собственные.

Прагматики. Они выделяются среди остальных склонностью к поиску новых способов удовлетворения своих и чужих потребностей, используя лишь те материалы и информацию, которые лежат у них под рукой. В решении любых проблем Прагматики склонны демонстрировать постепенный, инкрементальный подход с целью получить как можно быстрее конкретный результат. Они довольно гибкие и адаптивные люди как в плане мышления, так и в плане поведения, обычно они обладают хорошо развитыми навыками общения.

Аналитики. Представителей аналитического стиля отличает логическая, методичная, тщательная и осторожная манера решения проблем. Прежде чем принять решение, они разрабатывают подробный план и стараются собрать как можно больше информации. Аналитики уважают авторитеты, не любят менять свои взгляды и пристрастия и пытаются регулярно применять усвоенные теоретические знания на практике. Они предпочитают рациональность, стабильность и предсказуемость.

Реалисты. Реалисты прежде всего эмпирики, а не теоретики. Они гораздо ближе к Аналитикам, чем ко всем остальным типам. И те, и другие опираются на факты, ориентированы на объективное, конкретное и вещественное, проявляют склонность к методичности и практическим результатам. Реалист хочет сделать конкретное дело по возможности хорошо, опираясь на те факты, которые находятся в его распоряжении.

Методика А. Лачинса

Экспериментально психологические исследования показали, что прошлый опыт играет не только положительную роль в мышлении, обеспечивая субъектов уже знакомыми им правилами решения и способами *анализа*, но может оказаться и тормозом на пути решения новых задач, создавая консервативную нерациональную основу для решения.

В свое время гештальтпсихолог М. Вертгеймер полагал даже, что прошлый опыт отрицательно влияет на творческое продуктивное мышление, которое и может расцениваться как истинное мышление. Особенно это касается детей. Дело в том, что в определенных условиях, а именно когда человек в процессе обучения и практической деятельности усваивает лишь ограниченное число способов решения различных по сложности задач, у него можно обнаружить очень нежелательное качество мышления – ригидность. Под ригидностью понимается затрудненность переключения мышления на новые способы и правила, как бы «вязкость» мышления вплоть до полной неспособности субъекта изменить выработанную ранее программу деятельности. Из трех видов ригидности – когнитивной (познавательной), аффективной (эмоциональной) и мотивационной – для исследования мышления особое значение имеет когнитивная ригидность.

Цель: определение ригидности мыслительных процессов (исследование влияния прошлого опыта на способ решения задач).

Методологическое основание методики – сравнение результатов решения однотипных задач двумя группами испытуемых. Задачи на пе-

реливание воды разными по емкости сосудами подобраны так, что часть из них может быть решена только одним способом, а часть — двумя: предыдущим и другим, более рациональным.

Оснащение опыта. До начала занятий надо заготовить два бланка – 1-й и 2-й – с десятью арифметическими задачами каждый. Задачи в бланках одни и те же, но последовательность их перечисления разная.

Бланк № 1 (Экспериментальная группа)

Инструкция: На вашем бланке имеется 10 задач, для решения которых вам необходимо выполнить элементарные арифметические действия. Прямо на бланке записывайте последовательность арифметических действий, использованных вами для решения каждой задачи. Время решения не ограничено. Решайте задачи **последовательно** от 1-й до 10-й. Задачи нужно решать самостоятельно, списывать или консультироваться запрещается.

<u>№</u>	<u>Задача</u>	<u>Решение</u>
1.	Даны три сосуда, емкость которых 37, 21 и 3 литра. Как отмерить ровно 10 литров воды?	
2.	Даны три сосуда, емкость которых 37, 24 и 2 литра. Как отмерить ровно 9 литров воды?	
3.	Даны три сосуда, емкость которых 39, 22 и 2 литра. Как отмерить ровно 13 литров воды?	
4.	Даны три сосуда, емкость которых 38, 25 и 2 литра. Как отмерить ровно 9 литров воды?	
5.	Даны три сосуда, емкость которых 29, 14 и 2 литра. Как отмерить ровно 11 литров воды?	
6.	Даны три сосуда, емкость которых 28, 14 и 2 литра. Как отмерить ровно 10 литров воды?	
7.	Даны три сосуда, емкость которых 27, 12 и 3 литра. Как отмерить ровно 9 литров воды?	

8.	Даны три сосуда, емкость которых 30, 12 и 3 литра. Как отмерить ровно 15 литров воды?	
9.	Даны три сосуда, емкость которых 28, 7 и 5 литров. Как отмерить ровно 12 литров воды?	
10.	Даны три сосуда, емкость которых 26, 10 и 3 литра. Как отмерить ровно 10 литров воды?	

Бланк № 2 (Контрольная группа)

Инструкция: На вашем бланке имеется 10 задач, для решения которых вам необходимо выполнить элементарные арифметические действия. Прямо на бланке записывайте последовательность арифметических действий, использованных вами для решения каждой задачи. Время решения не ограничено. Решайте задачи **последовательно** от 1-й до 10-й. Задачи нужно решать самостоятельно, списывать или консультироваться запрещается.

<u>№</u>	<u>Задача</u>	<u>Решение</u>
1.	Даны три сосуда, емкость которых 26, 10 и 3 литра. Как отмерить ровно 10 литров воды?	
2.	Даны три сосуда, емкость которых 28, 7 и 5 литров. Как отмерить ровно 12 литров воды?	
3.	Даны три сосуда, емкость которых 30, 12 и 3 литра. Как отмерить ровно 15 литров воды?	
4.	Даны три сосуда, емкость которых 27, 12 и 3 литра. Как отмерить ровно 9 литров воды?	
5.	Даны три сосуда, емкость которых 28, 14 и 2 литра. Как отмерить ровно 10 литров воды?	
6.	Даны три сосуда, емкость которых 38, 25 и 2 литра. Как отмерить ровно 9 литров воды?	

7.	Даны три сосуда, емкость которых 29, 14 и 2 литра. Как отмерить ровно 11 литров воды?	
8.	Даны три сосуда, емкость которых 39, 22 и 2 литра. Как отмерить ровно 11 литров воды?	
9.	Даны три сосуда, емкость которых 37, 24 и 2 литра. Как отмерить ровно 9 литров воды?	
10.	Даны три сосуда, емкость которых 37, 21 и 3 литра. Как отмерить ровно 10 литров воды?	

Порядок проведения опыта. Опыт проводится в группе, которая делится на две равночисленные (экспериментальную и контрольную). Подчеркнем, что важнейшим условием проведения опыта является независимое, индивидуальное и последовательное решение всеми членами обеих групп предъявленных задач. Все вычисления каждый испытуемый записывает на бланке с задачами.

Обработка результатов. Для обработки и анализа результатов необходимо подготовить форму группового протокола.

Номер задания	Количество нерациональных способов решения,	
	Контрольная группа	Экспериментальная группа
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
Общее кол-во, %		

1. Каждый испытуемый у себя проставляет число рациональных и нерациональных решений всех задач. По условию опыта задачи 1-5 имеют только одно решение, т. е. их решение всегда рационально. Критерием же рациональности решения задач 6-10 является использова-

ние минимального числа арифметических действий — двух, одного или никакого, т.е. немедленно следует ответ.

2. Подсчитать, сколько испытуемых пользовалось нерациональным способом решения отдельно в экспериментальной и контрольной группах. Полученный результат записать в групповой протокол.

3. При соблюдении процедурных особенностей проведения опыта в ходе анализа его результатов в большинстве случаев удастся показать, что у испытуемых экспериментальной группы под влиянием усвоенного способа решения задач 1-5 с обязательным использованием всех трех сосудов вырабатывается стереотип, и они оказываются нечувствительными к изменению условий задач 6-10. У А. Лачинса большинство испытуемых (около 80 %) совершают перенос на тестовые задачи тех процедур, которые использовались при решении пяти предыдущих. В результате эти испытуемые не находят новых, рациональных способов решения, в чем и проявляется познавательная ригидность мыслительных процессов.

Краткий ориентировочный тест КОТ (В.Н. Бузина, Э.Ф. Вандерлика)

Цель: определение интегрального показателя общих способностей.

Инструкция: Тест, который Вам будет предложен сейчас, содержит 50 вопросов. На выполнение теста Вам дается 15 минут. Ответьте на столько вопросов, на сколько сможете, и не тратьте много времени на один вопрос. Если необходимо – пользуйтесь бумагой для записи. О том, что Вам не понятно, спросите сейчас. Во время выполнения теста ответы на ваши вопросы даваться не будут.

После команды «Начали!» переверните страницу и начинайте работать.

Через 15 минут, по команде, сразу же прекратите выполнение заданий, переверните страницу и отложите ручку.

Бланк

№ Задания	Ответ						
1.		14.		27.		40.	
2.		15.		28.		41.	

3.		16.		29.		42.	
4.		17.		30.		43.	
5.		18.		31.		44.	
6.		19.		32.		45.	
7.		20.		33.		46.	
8.		21.		34.		47.	
9.		22.		35.		48.	
10.		23.		36.		49.	
11.		24.		37.		50.	
12.		25.		38.			
13.		26.		39.			

(1) Одиннадцатый месяц года – это:

1 – октябрь, 2 – май, 3 – ноябрь, 4 – февраль.

(2) «Суровый» является противоположным по значению слову:

1 – резкий, 2 – строгий, 3 – мягкий, 4 – жесткий, 5 – неподатливый.

(3) Какое из приведенных ниже слов отлично от других:

1 – определенный, 2 – сомнительный, 3 – уверенный, 4 – доверие, 5 – верный.

(4) Ответьте *Да* или *Нет*.

Сокращение «н.э.» означает: «нашей эры» (новой эры)?

(5) Какое из следующих слов отлично от других:

1 – петь, 2 – звонить, 3 – болтать, 4 – слушать, 5 – говорить.

(6) Слово «безукоризненный» является противоположным по своему значению слову: 1 – незапятнанный, 2 – непристойный, 3 – неподкупный, 4 – невинный, 5 – классический.

(7) Какое из приведенных ниже слов относится к слову «жевать» как *обоняние* и *нос*: 1 – сладкий, 2 – язык, 3 – запах, 4 – зубы, 5 – чистый.

(8) Сколько из приведенных ниже пар слов являются полностью идентичными?

Sgarp M.G.

Filder E.H.

Connor M.G.

Woemer O.W.

Soderquist B.R.

Sgarp M.G.

Fielder E.H.

Conner M.G.

Woesner O.W.

Soderquist P.R.

(9) «Ясный» является противоположным по смыслу слову:

1 – очевидный, 2 – явный, 3 – недвусмысленный, 4 – отчетливый, 5 – тусклый.

(10) Предприниматель купил несколько подержанных автомобилей за 4500 долларов, а продал их за 5500 долларов заработав при этом 50 долларов за автомобиль. Сколько автомобилей он продал?

(11) Слова «стук» и «сток» имеют:

1 – сходное значение, 2 – противоположное, 3 – ни сходное, ни противоположное.

(12) Три лимона стоят 45 рублей. Сколько стоит 1,5 дюжины.

(13) Сколько из этих 6 пар чисел являются полностью одинаковыми?

5296	5296
69686	66986
834426	834426
7354256	7354256
61197172	61197172
83238234	83238324

(14) «Близкий» является противоположным слову:

1 – дружеский, 2 – приятельский, 3 – чужой, 4 – родной, 5 – иной.

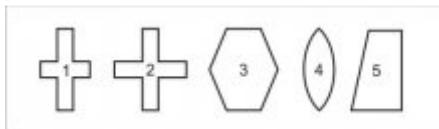
(15) Какое число является наименьшим:

6 0,7 9 36 0,31

(16) Расставьте предлагаемые ниже слова в таком порядке, чтобы получилось правильное предложение. В качестве ответа запишите две последние буквы последнего слова.

одни уходя они гостей после наконец остались

(17) Какой из приведенных ниже пяти рисунков наиболее отличен от других?



(18) Два рыбака поймали 36 рыб. Первый поймал в 8 раз больше, чем второй. Сколько поймал второй?

(19) «Восходить» и «возродить» имеют: 1 – сходное значение, 2 – противоположное, 3 – ни сходное, ни противоположное.

(20) Расставьте предлагаемые ниже слова в таком порядке, чтобы получилось утверждение. Если оно правильно, то ответ будет

П, если неправильно – Н.

Мхом обороты камень набирает заросший.

(21) Две из приведенных ниже фраз имеют одинаковый смысл, найдите их:

1. Держать нос по ветру.
2. Пустой мешок не стоит.
3. Трое докторов не лучше одного.
4. Не все то золото, что блестит.
5. У семи нянек дитя без глаза.

(22) Какое число должно стоять вместо знака «?»: $73\ 66\ 59\ 52\ 45\ 38\ ?$

(23) Длительность дня и ночи в сентябре почти такая же, как и в:

1 – июне, 2 – марте, 3 – мае, 4 – ноябре.

(24) Предположим, что первые два утверждения верны. Тогда заключительное будет:

1 – верно, 2 – неверно, 3 – неопределенно.

Все передовые люди – члены партии.

Все передовые люди занимают крупные посты.

Некоторые члены партии занимают крупные посты.

(25) Поезд проходит 75 см за $\frac{1}{4}$ с. Если он будет ехать с той же скоростью, то какое расстояние он пройдет за 5 с?

(26) Если предположить, что два первых утверждения верны, то последнее: 1 – верно, 2 – неверно, 3 – неопределенно.

Боре столько же лет, сколько Маше.

Маша моложе Жени.

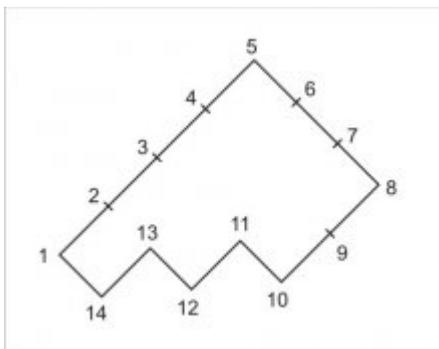
Боря моложе Жени.

(27) Пять полукилограммовых пачек мясного фарша стоят 2 доллара. Сколько килограмм фарша можно купить за 80 центов?

(28) *Расстлать* и *растянуть*. Эти слова:

1 – схожи по смыслу, 2 – противоположны, 3 – ни схожи, ни противоположны.

(29) Разделите эту геометрическую фигуру прямой линией на две части так, чтобы, сложив их вместе, можно было получить квадрат:



(30) Предположим, что первые два утверждения верны. Тогда последнее будет: 1 – верно, 2 – неверно, 3 – неопределенно.

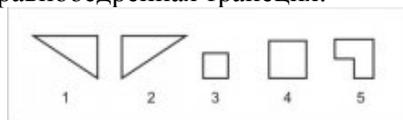
Саша поздоровался с Машей.

Маша поздоровалась с Дашей.

Саша не поздоровался с Дашей.

(31) Автомобиль стоимостью 2400 долларов был уценен во время сезонной распродажи на $33\frac{1}{3}\%$. Сколько стоил автомобиль во время распродажи?

(32) Три из пяти фигур нужно соединить таким образом, чтобы получилась равнобедренная трапеция:



(33) На платье требуется $2\frac{1}{3}$ м. ткани. Сколько платьев можно сшить из 42 м?

(34) Значения следующих двух предложений:

1 – сходны, 2 – противоположны, 3 – ни сходны, ни противоположны.

Трое докторов не лучше одного.

Чем больше докторов, тем больше болезней.

(35) *Увеличивать* и *расширять*. Эти слова:

1 – сходны, 2 – противоположны, 3 – ни сходны, ни противоположны.

(36) Смысл двух английских пословиц:

1 – схож, 2 – противоположен, 3 – ни схож, ни противоположен.

Швартоваться лучше двумя якорями.

Не клади все яйца в одну корзину.

(37) Бакалейщик купил ящик с апельсинами за 3,6 долларов. В ящике их было 12 дюжин. Он знает, что 2 дюжины испортятся еще до того, как он продаст все апельсины. По какой цене ему нужно продавать апельсины, чтобы получить прибыль в $\frac{1}{3}$ закупочной цены?

(38) *Претензия и претенциозный.* Эти слова по своему значению:

1 – схожи, 2 – противоположны, 3 – ни сходны, ни противоположны.

(39) Если бы полкило картошки стоило 0,0125 доллара, то сколько килограмм можно было бы купить за 50 центов?

(40) Один из членов ряда не подходит к другим. Каким числом Вы бы его заменили:

$\frac{1}{4}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{4}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{4}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{6}$.

(41) *Отражаемый и воображаемый.* Эти слова являются:

1 – сходными, 2 – противоположными, 3 – ни сходными, ни противоположными.

(42) Сколько соток составляет участок длиной 70 м и шириной 20 м?

(43) Следующие две фразы по значению:

1 – сходны, 2 – противоположны, 3 – ни сходны, ни противоположны.

Хорошие вещи дешевы, плохие дороги.

Хорошее качество обеспечивается простотой, плохое - сложностью.

(44) Солдат, стреляя в цель, поразил ее в 12,5% случаев. Сколько раз солдат должен выстрелить, чтобы поразить ее сто раз?

(45) Один из членов ряда не подходит к другим. Какое число Вы бы поставили на его место:

$\frac{1}{4}$ $\frac{1}{6}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{9}$ $\frac{1}{12}$ $\frac{1}{14}$?

(46) Три партнера по акционерному обществу (АО) решили поделить прибыль поровну. Т. вложил в дело 4500 руб., К. – 3500 руб., П. – 2000 руб. Если прибыль составит 2400 руб., то насколько меньше прибыль получит Т. по сравнению с тем, как если бы прибыль была разделена пропорционально вкладам?

(47) Какие две из приведенных ниже пословиц имеют сходный смысл:

1. Куй железо, пока горячо.

2. Один в поле не воин.
3. Лес рубят, щепки летят.
4. Не все то золото, что блестит.
5. Не по виду суди, а по делам гляди?

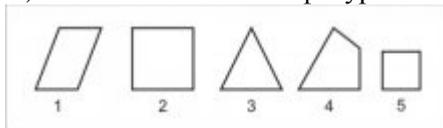
(48) Значение следующих фраз:

1 – сходно, 2 – противоположно, 3 – ни сходно, ни противоположно.

Лес рубят щепки летят.

Большое дело не бывает без потерь.

(49) Какая из этих фигур наиболее отлична от других?



(50) В печатающейся статье 24000 слов. Редактор решил использовать шрифт двух размеров. При использовании шрифта большого размера на странице умещается 900 слов, меньшего – 1200. Статья должна занять 21 полную страницу в журнале. Сколько страниц должно быть напечатано меньшим шрифтом?

Медианные нормы теста

Группа стандартизации	Медианная норма	Стандартное отклонение
Студенты, муж	29	8,1
Студенты, жен	27	8,8
Служащие	25	5,2

Правильные ответы

№ Задания	Ключ	№ Задания	Ключ	№ Задания	Ключ	№ Задания	Ключ
1.	3	14.	3	27.	1	40.	1/8
2.	3	15.	0,31	28.	1	41.	3
3.	2 или 4	16.	НИ	29.	2-13	42.	14
4.	Да	17.	4	30.	3	43.	1
5.	4	18.	4	31.	1600	44.	800
6.	2	19.	3	32.	1,2,4	45.	1/10
7.	4	20.	Н	33.	18	46.	280
8.	1	21.	3 и 5	34.	3	47.	4 и 5

9.	5	22.	31	35.	1	48.	1
10.	40	23.	2	36.	1	49.	3
11.	3	24.	1	37.	48	50.	17
12.	270	25.	1500(15)	38.	1		
13.	4	26.	1	39.	20		

Интегральный показатель общих умственных способностей (Ип) равен количеству правильно решенных задач.

Интерпретация результатов теста

Анализ результатов целесообразно начинать с определения уровня общих умственных способностей. Для этого количество правильно решенных задач (Ип) соотносится со шкалой уровней.

Величина показателя Ип	Уровень общих умственных способностей
<i>13 и меньше</i>	низкий
<i>14-18</i>	ниже среднего
<i>19-24</i>	средний
<i>25-29</i>	выше среднего
<i>30 и больше</i>	высокий

Установленный уровень является многопараметрическим показателем общих способностей. Данная методика позволяет выделить эти параметры и проанализировать их.

Способности обобщения и анализа материала устанавливаются на основе выполнения заданий на пословицы. Эти задания требуют абстрагирования от конкретной фразы и перехода в область интерпретации смыслов, установления их пересечений и нового возврата к конкретным фразам.

Гибкость мышления как компонент общих способностей также определяется по выполнению заданий на пословицы. Если ассоциации испытуемого носят хаотический характер, то можно говорить о ригидности мышления (например, такие задания, как №11).

Инертность мышления и переключаемость – это важные характеристики общих способностей к обучаемости. Для их диагностики предусмотрено специальное расположение заданий в данном тесте. Чередование различных типов заданий в тексте может затруднять их решение лицам с инертными связями прошлого опыта. Такие лица с трудом меняют избранный способ работы, не склонны менять ход своих суждений,

переключаться с одного вида деятельности на другой. Их интеллектуальные процессы малоподвижны, темп работы замедлен.

Эмоциональные компоненты мышления и отвлекаемость выявляются по заданиям, которые могут снижать показатель теста у испытуемых (24, 27, 31 и др.). Эмоционально реагирующие испытуемые начинают улыбаться и обращаться к экспериментатору вместо того, чтобы быть направленными на объект, то есть задачу.

Скорость и точность восприятия, распределение и концентрация внимания определяются заданиями №8 и 13. Они выявляют способность в сжатые сроки работать с самым разнообразным материалом, выделять основные содержания, сопоставлять цифры, знаки и т. п.

Употребление языка, грамотность может быть проанализирована на основании выполнения заданий на умение пользоваться языком. Задача №8 предполагает элементарные знания иностранного языка (в пределах алфавита).

Ориентировка устанавливается благодаря анализу стратегии выбора испытуемым задач для решения. Одни испытуемые решают все задачи подряд. Другие – только те, которые для них легки и решаются ими быстро. Определение легкости решения очень индивидуально. Здесь к тому же проявляются склонности тестируемых. Некоторые из них просматривают напечатанные на данном листе теста задания и выбирают сначала задачи математические, имеющие числовое содержание, а другие, пользуясь этой стратегией, предпочитают задачи вербальные.

Пространственное воображение характеризуется по решению четырех задач, предполагающих операции в двумерном пространстве.

Таким образом, методика КОТ может быть использована для исследования относительно большого количества компонентов общих способностей. С ее помощью достаточно надежно прогнозируется обучаемость и деловые качества человека.

Тест позволяет продумать **рекомендации для развития** тех аспектов интеллекта, из-за которых медленно или неправильно выполнены соответствующие задания.

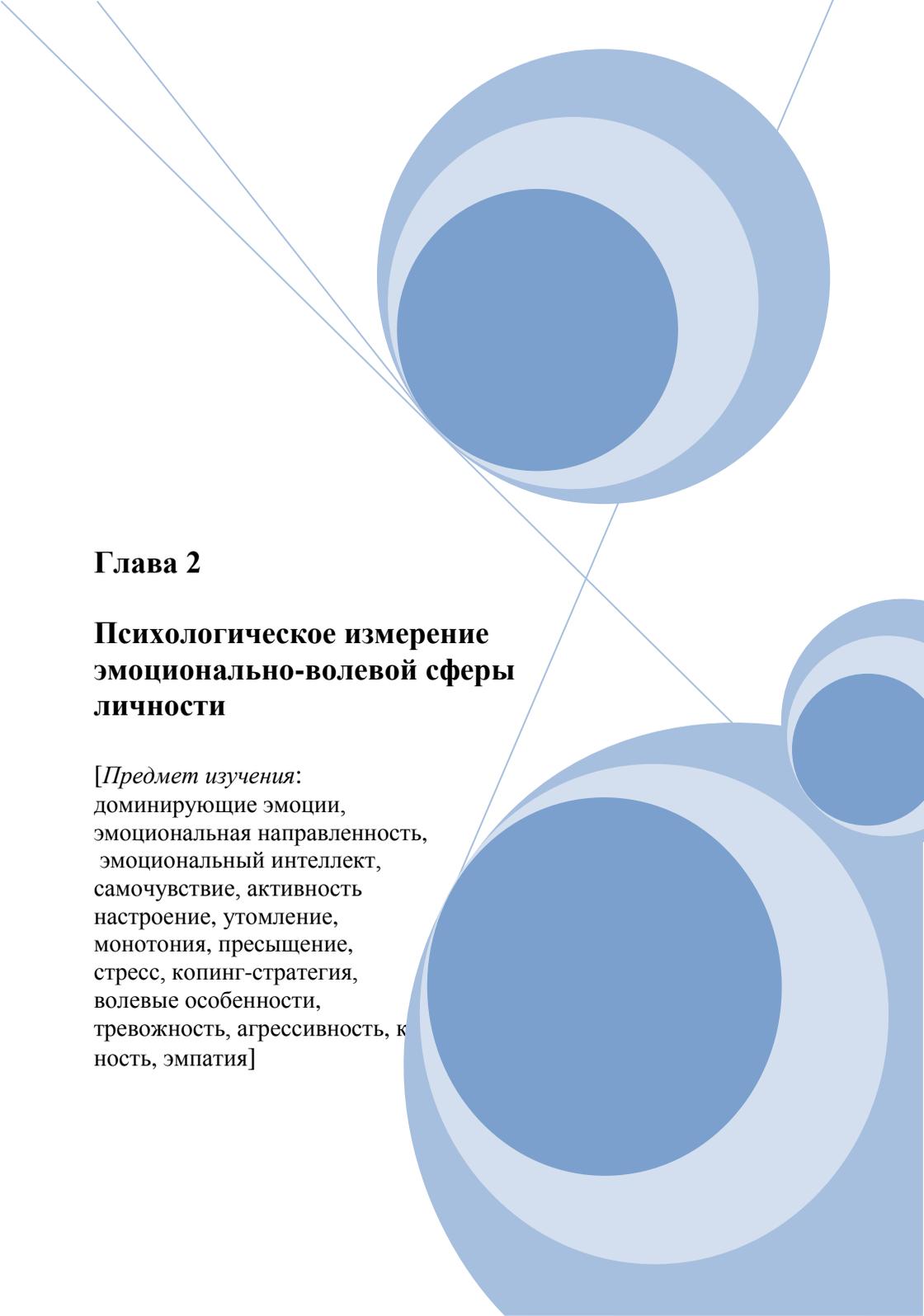
- Например, если испытуемый не выполнил задания №10, 13, то ему нужно рекомендовать упражнения, развивающие концентрацию и распределение внимания.

- Если испытуемый плохо справляется с заданиями типа №2, 5, 6, то в этом случае ему поможет чтение толковых словарей, словарей крылатых выражений и слов, пословиц и поговорок, словарей ино-

странных слов и двуязычных словарей, а также полезно решать лингвистические задачи.

- Если испытуемый плохо выполнил числовые задачи, то для развития соответствующего свойства полезны сборники головоломок.

- В случае, когда у испытуемого вызвали проблемы задачи, требующие пространственного представления, важна тренировка концентрации внимания на разнообразных объектах, с последующим преобразованием их образов в представлении.

The background features a series of overlapping blue circles of varying sizes and shades, connected by thin blue lines that create a network-like structure. The circles are arranged in a way that suggests depth and interconnectedness, with some appearing to be in the foreground and others receding into the background.

Глава 2

Психологическое измерение эмоционально-волевой сферы личности

[Предмет изучения:
доминирующие эмоции,
эмоциональная направленность,
эмоциональный интеллект,
самочувствие, активность
настроение, утомление,
монотония, пресыщение,
стресс, копинг-стратегия,
волевые особенности,
тревожность, агрессивность, к
ность, эмпатия]

Возможности и ограничения измерения эмоционально-волевой сферы личности

В эволюции сформировалась особая форма психического отражения значимых объектов и событий – эмоции. Одно и то же явление у разных людей вызывает различные эмоционально-волевые состояния и процессы. Эмоции наполняют нашу жизнь эмоциональным содержанием и определяют степень активности личности. Чувства отвечают высшим социальным потребностям, выражают духовный мир человека и являются характеристикой его личности. Способность человека к самодетерминации и саморегуляции, упорядоченности, целенаправленности и сознательности возможна благодаря волевым проявлениям личности. Воля является психической функцией, которая буквально пронизывает все стороны жизни человека, делает его свободным от внешних воздействий.

Эмоции – это субъективные реакции человека на воздействия внешних и внутренних раздражителей, отражающиеся в форме переживаний и личной значимости для субъекта и проявляющиеся в виде удовольствия или неудовольствия. Часто в литературе понятия «эмоции» и «чувства» отождествляются. Эмоции и чувства действительно взаимосвязаны, но по сути обладают и существенными различиями. Так, эмоции – это относительно простые переживания, которые возникают в определенной ситуации и исчезают вместе с ней. Они присущи людям и животным. Чувства образуются на основе базовых эмоций, путем опосредования социальными эмоциональными эталонами (этические и эстетические категории). Объектами высших чувств – это явления окружающей социальной действительности в широком смысле слова.

Эмоции сопровождают все проявления жизнедеятельности человека и выполняют важные функции в регуляции поведения и деятельности человека: приспособительная, сигнальная, оценочная, регуляторная, коммуникативная.

Основные характеристики эмоций (см. схему): модальность, знак, интенсивность, длительность, степень осознанности.

Модальность – основная качественная характеристика эмоций, определяющая их вид по специфике и особой окрашенности переживаний. По модальности выделяются три базовые эмоции: страх, гнев и радость. При всем многообразии практически любая эмоция является своеобразным выражением одной из этих эмоций. Например,

тревожность, беспокойство, боязнь, ужас представляют собой различные проявления страха; злора, раздражение, ярость – гнева; веселье, ликование, торжество – радости.

Характеристики эмоций



Характер переживания определяет знак эмоций – положительные и отрицательные, в зависимости от того, находится ли действие, которое индивид производит в положительном или отрицательном отношении к его потребностям, интересам, установкам. По воздействию на организм и влиянию на последующее поведение человека эмоции разделяются на стенические и астенические. *Стенические* эмоции повышают жизнедеятельность и активность человека, *астенические*, напротив, снижают. Положительные эмоции чаще оказывают стенический эффект. Большинство отрицательных эмоций выражаются и в той, и в другой форме.

Эмоции характеризуются также интенсивностью, длительностью и осознанностью. Диапазон различий по интенсивности внутреннего переживания и внешних проявлений очень велик. Например, радость может проявляться как слабая по силе эмоция, например, когда человек испытывает чувство удовлетворения. Восторг – эмоция большей силы. Гнев проявляется в диапазоне от раздражительности и негодования до ненависти и ярости.

По длительности эмоции делятся от нескольких секунд до многих лет, иногда в течение всей жизни. Степень осознанности эмоций также может быть различной. Порой человеку трудно понять, какую эмоцию он испытывает и почему она возникает. Иногда имеет место одновременное взаимодействие противоположных эмоций, например любви и ненависти или радости и печали. В этом проявляется амбивалентность эмоций как следствие сложного и неоднозначного отношения человека к объекту, вызывающему переживание.

Качества, характеризующие каждую конкретную эмоциональную реакцию, могут сочетаться различным образом. Основные **формы выражения эмоций** – чувственный тон, ситуативная эмоция, аффект, страсть, чувство, настроение и стресс.

Чувственный тон проявляется в том, что многие ощущения человека имеют определенную эмоциональную окраску. Мы не просто ощущаем какой-либо запах или вкус, а воспринимаем его как приятный или неприятный. Чувствуя тепло или холод, мы одновременно испытываем удовольствие или неудовольствие. Образы восприятия, памяти, мышления, воображения также эмоционально окрашены. А. Н. Леонтьев называл этот феномен «пристрастностью» отражения мира и считал его одной из существенных особенностей человеческого познания.

Ситуативные эмоции возникают в процессе жизнедеятельности человека чаще всех других эмоциональных реакций. Их основными характеристиками принято считать относительно небольшую силу, кратковременность, быструю смену эмоций, малую выраженность внешних проявлений. Ситуативные эмоции, как правило, не оказывают на поведение человека сильного влияния. В то же время при заметном преобладании в течение длительного периода положительных или отрицательных эмоций они способны изменить его настроение, повысить или снизить работоспособность.

Если происходящие события имеют для человека очень высокую значимость, а ситуация для него слишком сложна и он не справляется с ней, его эмоциональная реакция может выразиться в форме аффекта.

Аффект – это бурное, кратковременное протекание эмоций, сопровождающееся ярко выраженными поведенческими реакциями и вегетативными симптомами. Аффект полностью захватывает психику человека, так как обладает свойствами доминанты, тормозит все другие процессы. Это влечет за собой сужение, а порой и отключение сознания, изменения в мышлении и, как следствие этих изменений, не-

адекватное поведение. В развитии аффекта выделяется два этапа: начальный, когда люди могут себя сдерживать и контролировать и переключаться на что-то другое. Вспышка – усиление аффекта.

Страсть – это сильное глубокое, длительное эмоциональное состояние с высокой степенью осознанности, порождающие высокую активность личности, направленную на достижение своей цели или предмета страсти.

Настроение – более или менее длительное и устойчивое эмоциональное состояние, окрашивающее все другие переживания и деятельность людей. Это целостное мироощущение, сохраняющееся в течении относительно продолжительного периода и окрашивающее все поведение человека. Настроение характеризуется относительно большой силой, разной степенью продолжительности и осознанности: кратковременное (приходящее) и длительное (устойчивое). Настроение всегда имеет причину (внешнюю или внутреннюю). К внешним причинам относятся: физическое самочувствие, хронические заболевания, свойства нервной системы, темперамент, характер. Внешние причины в основном связаны с соотношением успеха и неудач, характером межличностных отношений и т. д. Настроение разных людей, вызванное одной и той же причиной, может быть не одинаковым и даже противоположным.

Стресс – состояние нервно-психического напряжения, длительное, степень осознанности долгая. Это общая неспецифическая реакция организма в ответ на интенсивное воздействие стрессоров. Существуют три группы признаков степени стресса: (1) физиологические проявления; (2) возрастание напряженности; (3) изменение функционального уровня деятельности, которые проявляются в изменении его качественного показателя.

Фрустрация – психологическое состояние, выражающееся в крайней подавленности и дезорганизирующая сознание и деятельность людей. Она возникает, когда степень неудовлетворенности выше, чем человек может стерпеть. Она может быть вызвана объективными или воображаемыми причинами. Фрустрация может проявляться в форме агрессии, фиксации и депрессии.

Экстаз – это болезненно восторженное состояние. Достаточно сильное, но кратковременное. Средняя степень осознанности, т.е. человек осознает причину состояния, может управлять своим поведением, но контроль за поведением ослабевает.

В зависимости от характера отношений человека к различным объектам социальной действительности выделены основные виды высших чувств: моральные, практические, интеллектуальные и эстетические. Чувства характеризуются сложностью строения, большой силой и продолжительностью, стабильностью, независимостью от конкретной ситуации и от состояния организма. Сложность высших чувств определяется их комплексным строением. Они складываются из нескольких разных, а иногда и противоположных эмоций, которые как бы кристаллизуются на определенном предмете. В настоящее время в психологической диагностике нет инструментария для обследования чувств.

Воля – сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внешние и внутренние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков. Главная функция воли заключается в сознательной регуляции активности в затруднительных условиях жизнедеятельности. Выделяют следующие **функции воли**:

- выбором мотивов и целей при их конфликте (селективная функция);
- восполнением дефицита побуждения к действию при отсутствии его достаточной мотивации (инициирующая функция);
- ослаблением избыточной мотивации при нежелательности действия (ингибирующая функция);
- поддержанием выбранного уровня выполнения действия при наличии помех (стабилизирующая функция);
- произвольной регуляцией внешних и внутренних действий и психических процессов.

В зависимости от степени регуляции в психологии выделяют 4 группы действий: произвольные, привычные, импульсивные, собственно волевые.

Самое широкое понятие – это произвольные действия. Они связаны с достижением какой-либо цели. По мере повторения произвольные действия автоматизируются и переходят в навык (привычное действие). Импульсивные действия – целенаправленные действия, совершаемые в аффективном или стрессовом состоянии. Собственно волевые действия – это целенаправленные действия, которые включают целеустремленность и регулирование хода действий в соответствии с целью, регулируются второй сигнальной системой.

В волевой деятельности проявляются и формируются волевые качества личности. Прежде чем сформировать положительные волевые качества необходимо научиться устанавливать власть своими эмоциями и действиями.

Среди волевых качеств выделяются:

1. Инициативность – умение легко взяться за реализацию возникающих идей по собственному желанию, не дожидаясь стимуляции извне. Это качество позволяет успешно ставить перед собой и другими людьми новые цели. Существенную роль играет сила, яркость побуждений и интеллектуальные данные. **Безынициативный** человек – потенциальный исполнитель и подчиненный. Ему будет трудно если возникает необходимость взять на себя обязанности руководителя.

2. С инициативностью непосредственно связана такая характеристика воли как **самостоятельность**. Люди определяют свои поступки, самостоятельно принимают решение, ориентируясь не на окружающих, а на свои знания и убеждения. Подлинная самостоятельность предполагает сознательное мотивирование и обоснование деятельности. Человек видит объективные основания для того, что бы поступать так, а не иначе.

Противоположностью данного качества является **внушаемость** – это подверженность чужим влияниям. Внушаемость выражается в снижении сознательности и критичности при восприятии и реализации внушаемого содержания. **Конформность** заключается в тенденции изменять свое поведение, оценку ситуации и возможных действий под влиянием других. Для конформного человека важно, что бы его поведение соответствовало мнениям, оценкам и требованиям окружающих.

3. Решительность – это индивидуальное качество воли, связанное со способностью и умением самостоятельно принимать ответственное решение и неуклонно реализовать их в своей деятельности без лишних помех. Противоположным качеством является **нерешительность**. Нерешительный человек принимает решения долго, мучительно, неоднократно меняет его. Обычно он привлекает к обсуждению и принятию решения других людей, с тем, что бы в последствии возложить на них ответственность.

4. Настойчивость – это стремление человека в достижении поставленной цели даже в самых сложных условиях. Настойчивость нельзя путать с упрямством. Упрямство – это отрицательное качество

личности, когда человек, не смотря на разумные основания, старается настоять на своем.

5. Самообладание – высокий уровень волевой деятельности человека, проявляющийся в умении владеть собой. Это умение выражается в способности заставить себя выполнять принятое решение

С понятием воли тесно связано понятие **локус контроль**. Данное понятие предложено Д. Роттером. В его основу положено мнение, что люди различаются между собой по тому, где они локализуют контроль над значимыми для себя событиями. **Локус контроль** (от лат. «locus» – место, местоположение и франц. «controle» – проверка) – это качество, которое характеризует склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности либо себе (внутренний локус контроль), либо обстоятельствам (внешний локус контроль).

Исходя из преобладающего локуса контроля выделяют соответственно два типа личностей: экстерналы и интерналы.

Психологические методы изучения эмоционально-волевой сферы в основном базируются на опросниках и выявляют эмоциональные особенности человека (преобладающие в его жизни эмоции, доминирующие средства их выражения и эмоциональную устойчивость). В лаборатории А. Е. Ольшанниковой были разработаны **методики изучения эмоциональности**: три – для выявления модальности ведущих (базальных) эмоций, одна – выявления средств выражения эмоций (экспрессивности). Отличительные особенности данной группы методик:

- принцип получения оценки (самооценка или внешняя оценка);
- степень глобальности – подробности способа организации оценки;
- непосредственности – опосредованности, косвенности методики в отношении предмета исследования;
- осознанности или неосознанности исследуемых качеств.

Однако данные методики обладают не однозначными показателями валидности.

А. И. Палей, И. В. Пацявичус для диагностики эмоциональности личности применяют **метод хронологической регистрации эмоций** (своеобразный эмоциональный дневник). Суть этого метода состоит в том, что испытуемому предлагают в течение месяца в хронологическом порядке по определенным параметрам регистрировать свои эмоции. В специальный бланк испытуемые записывали вид эмоциональ-

ных переживаний, их знак, интенсивность, вид деятельности, в которой они проявлялись, и временные параметры их изменения.

Впервые попытку использовать *метод диагностики эмоций по лицевой экспрессии* предприняли Э. Боринг, Э Титченер. Они создали взаимозаменяемые изображения отдельных частей лица и, комбинируя их, получили 360 схем мимического выражения. Эти схемы предъявлялись испытуемым, которые должны были распознать эмоции.

На основе подобного описанному выше подходу к диагностике эмоций П. Экман разработал метод, получивший название *FAST* (Facial Affect Scoring Technique – техника оценки лицевой экспрессии). Стимульным материалом к этой методике является атлас фотоэталонов лицевой экспрессии для каждой из шести эмоций (гнева, страха, печали, отвращения, удивления, радости). Задача испытуемого распознать эмоцию. Близкую по идее методику *CARAT* разработал Р. Бак в 1972 году. Методика основана на распознавании слайдов с изображением реакции человека. В 1984 году Д. Ачер разрабатывает тест *SIT* (Ситуативно-интерактивные задачи). В качестве стимульного материала в этой методике применяются видеозаписи бытовых сцен. Автором были разработаны четкие критерии адекватности понимания эмоций. Аналогом данного метода является *методика распознавания эмоций на лицах младенцев родителями* (Р. Эмде, К. Изард), модификация Р.Ж. Мухамедрахимов).

Метод словесного портрета широко применяется специалистами в области социальной перцепции. Так, В. А. Лабунской был разработан метод «вербальной фиксации признаков экспрессии эмоциональных состояний». Испытуемый должен описать по определенной схеме особенности другого человека. При этом необходимо назвать экспрессивнее признаками, на которые опирается испытуемый при опознании эмоциональных состояний другого.

Для диагностики эталонов экспрессивного поведения В. А. Лабунской был разработан *метод графической фиксации признаков экспрессии эмоциональных состояний*. В основе метода лежит прием свободного графического ассоциирования – пиктограмма. Процедура проведения методики близка к методу пиктограммы. Особенностью же процедуры является включение слов-стимулов, обозначающих эмоции.

Психологами установлено, что в зависимости от эмоционального состояния человека происходят специфические изменения цветовой чувствительности глаза. Однако анализ данных многочисленных ис-

следований отечественных и зарубежных ученых привели к однозначному выводу – цвета имеют аффективную значимость, но индивидуальную у каждого отдельного человека.

Метод диагностики эмоций с помощью анализа речи (различных его параметров) успешно осуществляется в области инженерной психологии (Э. Л. Носенко). Однако, остается ряд нерешенных проблем в этой области. Так, собственно возможность диагностировать качество (модальность) эмоций по физиологическим показателям, до сих пор дискутируется учеными.

Трудность изучения эмоций обусловлена в первую очередь тем, что во многих случаях их приходится искусственно вызывать в лабораторных условиях, моделировать. Однако современные возможности компьютерных технологий позволяют вести исследования и в этом направлении. Примером, являются работы Т. Джонстоуна, который предложил фиксировать во время компьютерной игры лицевую экспрессию. Компьютерная игра дает возможность одновременно фиксировать многие параметры проявления эмоций: моторные, электрофизиологические, речевые. Подобные исследования ведутся и в других областях, например в киноиндустрии (художественно-анимационный фильм «Аватар»). Швейцарский психолог С. Кайзер в своих исследованиях получил паттерны лицевой экспрессии, соответствующих эмоциям счастья, удовлетворения, гордости, разочарования, страха, гнева, печали и других.

Наиболее часто в психологической практике используются опросники эмоциональных состояний, эмпатийных тенденций, личностных особенностей связанных с эмоционально-волевой сферой. Ниже представлено описание наиболее популярных у практикующих психологов методик измерения эмоционально-волевой сферы.

Структура методики **«Самочувствие. Активность. Настроение» (САН) (В. А. Доскин, 1973)** представляет собой 30 полярных шкал, отражающих крайние уровни самочувствия, активности и настроения. Испытуемый выбирает степень проявления того или иного состояния используя семибалльную шкалу (интервальная шкала). По результатам количественной обработки делается вывод о степени проявления изучаемых характеристик. Авторами был определен нормативный коридор.

Методика «Дифференцированная оценка состояний сниженной работоспособности» (ДОРС) (А. Леонова, С. Величковская) предполагает выявление уровня выраженности состояний сни-

женной работоспособности. Испытуемому предлагается выбрать один из четырех ответов в отношении сорока утверждений. В результате количественной обработки рассчитываются степени выраженности основных показателей работоспособности (утомление, монотония, пресыщение, стресс).

Методика «Шкала депрессии» Э. Бека направлена на определение степени выраженности депрессии. Структура опросника включает 20 шкал, в каждом по четыре варианта проявления. Задача испытуемого выбрать тот вариант, который соответствует его актуальному состоянию.

Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В. В. Бойко применяется для специалистов, активно практикующих в сфере «человек-человек». Структура методики 84 утверждения соответствующие 1 из 12 шкал методики. Каждая шкала – это симптом проявления эмоционального выгорания в соответствии с тремя фазами напряжения, резистенции, истощения. По результатам методики выстраивается индивидуальный профиль, количественные данные соотносятся с нормативными показателями. Интерпретация по методике является комплексной.

Методика «Исследование уровня эмпатийных тенденций И. М. Юсупова позволяет выявить эмоциональную эмпатию. Испытуемый оценивает 36 утверждений методики относительно собственных предпочтений по шестибальной шкале. Количественная обработка позволяет сделать вывод об уровне достоверности представленной испытуемым информации, а также о развитости эмпатийных тенденций.

Опросник эмоциональной направленности Б. И. Додонова оценивает тенденции к переживанию определенной группы эмоций. Методологической концепцией опросника является «полуэмпирическая теория» об эмоциональной направленности личности (Б. И. Додонов), в которой утверждается приверженность личности тем эмоциональным состояниям, которые в большей степени эмпанируют личности. Таким образом, автор сформулировал ряд утверждений в соответствие со шкалами – доминирующими эмоциями личности (эмоциональными предпочтениями): альтруистическая, коммуникативная, глорическая, практическая, пугническая, романтическая, акизитивная, гедонистическая, гностическая, эстетическая. Задача испытуемого – оценить каждое утверждение, и построить иерархию эмоций.

Шкала дифференциальных эмоций К. Изард (в адаптации А. Леоновой) предполагает определение выраженности базовых эмоций

(положительных острых негативных, тревожно-боязливых). Испытуемому предлагается оценить насколько каждое из перечисленных переживаний присуще в данный момент времени по пятибалльной шкале. Количественный анализ данных позволяет получить индексы положительных, острых негативных и тревожно-депрессивных эмоций.

Методика диагностики эмоционального интеллекта Н. Холла направлена на выявление способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Испытуемый оценивает 30 утверждений по семибалльной (интервальной) шкале. Обработка осуществляется в соответствии с ключом по пяти шкалам: Эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей.

Шкала ситуативной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (в адаптации Ю. Л. Ханина) измеряет тревогу как эмоциональное состояние и как личностное свойство. Структура методики представлена двумя шкалами соответственно «личностная тревожность» и «ситуативная тревожность». В каждой шкале 20 утверждений, которые испытуемый оценивает по четырехбалльной шкале. На основе совпадения с ключом делается вывод об уровне проявлений ситуативной и личностной тревожности.

Опросник тревожности Ж. Тейлор был модифицирован Г. Ш. Габдреевой. Новая методика получила название **«Шкала тревожности студента»**. Методика ориентирована на конкретную выборку, включает 30 утверждений, имеющих отношение к жизни студента (успеваемость, взаимоотношения с однокурсниками, преподавателями, подготовка к занятиям, поведение на контрольно-оценочных мероприятиях).

Методика диагностики волевых особенностей личности М. В. Чумакова направлена на выявление волевых свойств личности, таких как ответственность, инициативность, решительность, самостоятельность, выдержка, настойчивость энергичность, внимательность, целеустремленность, а также их противоположным полюсам. Испытуемый оценивает собственные проявления в области произвольности поведения и деятельности по 78 утверждениям методики. В соответствии с ключом и таблицей перевода сырых значений в стэны осуществляется качественный анализ самооценки волевых свойств личности.

«Опросник SVF 120» ориентирован на диагностику типичных способов преодоления стрессовых ситуаций. Структура опросника 120

утверждений, продолжающих фразу «Когда мне кто-либо или что-либо вредит (наносит ущерб, стесняет) выводит из состояния психического равновесия, то я...». В отношении оценки собственного поведения по каждому из 120 утверждений испытуемый выбирает один из пяти возможных ответов (никогда, редко, часто, очень часто, всегда). Количественная обработка предполагает перевод сырых баллов по дешифратору в протокол профиля испытуемого. Шкалы дешифратора являются собственно копинг-стратегиями (снижение значения стрессовой ситуации, самоодобрение, самооправдание, отвлечение, замещение, самоутверждение, психомышечная релаксация, контроль над ситуацией, самоконтроль, позитивная самомотивация, поиск социальной поддержки, антиципирующее избегание, бегство от стрессовой ситуации, социальная замкнутость, «заезженная пластинка», беспомощность, жалость к себе, самообвинение, агрессия, прием лекарств). Учитываются доминирующие копинг-стратегии, а также соотношение позитивных и негативных стратегий. На основе данных разрабатываются рекомендации по коррекции.

План семинарского занятия по теме
«Диагностика эмоционально-волевой сферы личности»

Вопросы для обсуждения на семинарском занятии:

1. Специфика измерения эмоциональных явлений.
2. Классические методы измерения эмоций и эмоциональных состояний.
3. Опросники для измерения эмоционально-волевой сферы личности.
4. Диагностика произвольности и волевых качеств личности.

Темы рефератов:

«Возможности и ограничения психологических методов оценки эмоций»

«Стимульный материал для изучения эмоциональной эмпатии»

«Условия измерения эмоционального состояния человека»

«Специфика опросников эмоционально-волевой сферы»

«Диагностика эмоций с помощью проективных методик»

«Когнитивный подход в оценке эмоциональной сферы»

Контрольные вопросы по теме:

1. Что такое «эмоции», «эмоциональные состояния», «чувства», «воля»?
2. Назовите основные характеристики эмоций и формы выражения.
3. Какие методы позволяют измерять эмоциональную сферу? К каким группам относятся эти методы?
4. Какие методы используются для установления факта аффективного состояния?
5. Назовите основные методы диагностики настроения?
6. В чем состоит специфика измерения стресса и постстрессового состояния?
7. Какие методики изучения фрустрации вы знаете? К какой группе в классификации психодиагностических методик они относятся?
8. Что такое произвольные действия? Как измерить степень произвольности когнитивно-познавательной сферы?
9. Перечислите волевые качества личности. Какие методики оценки волевых качеств вы знаете?

10. Расскажите о методиках, разработанных в лаборатории А. Е. Ольшанниковой.
11. В чем суть метода хронологической регистрации эмоций?
12. Какие существуют методики оценки эмоций по лицевой экспрессии?
13. Какие причины ограничения измерения эмоций существуют?
14. Назовите основные группы опросников оценки эмоционально-волевой сферы?
15. Опишите концепцию, на которой основана методика В. В. Бойко «Диагностика синдрома эмоционального выгорания».
16. Опишите методологическое обоснование методики Б. И. Додонова «Диагностика эмоциональной направленности».
17. Назовите методологическую основу методики «Шкала дифференциальных эмоций».
18. Что такое копинг-стратегии? Какие методики измеряют копинг-стратегии?
19. Расскажите о методиках измерения эмпатии, агрессии, тревожности?
20. В чем состоит специфика опросников эмоционально-волевой сферы?

Практическое задание

Заполнить таблицу

«Перечень психодиагностического инструментария для оценки эмоционально-волевой сферы личности»

№	Измеряемое явление эмоционально-волевой сферы	Оцениваемый показатель	Название методики	Тип методики и стимульный материал

Методика САН (самочувствие, активность, настроение)

Методика предложена В. А. Доскиным с соавторами (1973) и состоит из 30 биполярных шкал, которые группируются в три категории: самочувствие, активность и настроение.

Цель: исследования самочувствия, активности и настроения.

Инструкции: На выданном бланке вам нужно выразить оценку своего состояния по каждой позиции в баллах в соответствии с име-

ющейся шкалой (зачеркните соответствующую цифру). Если вы не можете определить свое состояние по какой-нибудь позиции, то зачеркните 0.

Обработка результатов

Подсчитывается сумма баллов по каждой категории, для чего цифры шкалы переводятся в 7-балльную оценку:

по позициям 1, 2, 5-8,11-14,17-20,23-26, 29,30 – от 7 до 1 балла,
по позициям 3, 4, 9, 10,15, 16, 21, 22, 27, 28 – от 1 до 7 баллов.

шкала	суммировать баллы по следующим утверждениям
Самочувствие	1,2,7,8,13, 14, 19, 20, 25, 26.
Активность	3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.
Настроение	5,6,11,12,17,18,23,24, 29, 30.

Норма находится в пределах 50-55 баллов.

Бланк для регистрации ответов

Ф.И.О. _____ возраст _____ дата _____

Самооценка		Значительно	Средне	Слабо	Вовсе нет	Слабо	Средне	Значительно	Самооценка	обработка	шкала
1	Самочувствие хорошее	3	2	1	0	1	2	3	Самочувствие плохое	71	С
2	Чувствую себя сильным	3	2	1	0	1	2	3	Чувствую себя слабым	71	С
3	Пассивный	3	2	1	0	1	2	3	Активный	17	А
4	Малоподвижный	3	2	1	0	1	2	3	Подвижный	17	А
5	Веселый	3	2	1	0	1	2	3	Грустный	71	Н
6	Хорошее настроение	3	2	1	0	1	2	3	Плохое настроение	71	Н
7	Работоспособный	3	2	1	0	1	2	3	Разбитый	71	С
8	Полный сил	3	2	1	0	1	2	3	Обессиленный	71	С
9	Медлительный	3	2	1	0	1	2	3	Быстрый	17	А
10	Бездеятельный	3	2	1	0	1	2	3	Деятельный	17	А
11	Счастливый	3	2	1	0	1	2	3	Несчастный	71	Н

12	Жизнерадостный	3	2	1	0	1	2	3	Мрачный	71	Н
13	Напряженный	3	2	1	0	1	2	3	Расслабленный	71	С
14	Здоровый	3	2	1	0	1	2	3	Больной	71	С
15	Безучастный	3	2	1	0	1	2	3	Увлеченный	17	А
16	Равнодушный	3	2	1	0	1	2	3	Взволнованный	17	А
17	Восторженный	3	2	1	0	1	2	3	Унылый	71	Н
18	Радостный	3	2	1	0	1	2	3	Печальный	71	Н
19	Отдохнувший	3	2	1	0	1	2	3	Усталый	71	С
20	Свежий	3	2	1	0	1	2	3	Изнуренный	71	С
21	Сонливый	3	2	1	0	1	2	3	Возбужденный	17	А
22	Желание отдохнуть	3	2	1	0	1	2	3	Желание работать	17	А
23	Спокойный	3	2	1	0	1	2	3	Озабоченный	71	Н
24	Оптимистичный	3	2	1	0	1	2	3	Пессимистичный	71	Н
25	Выносливый	3	2	1	0	1	2	3	Утомляемый	71	С
26	Бодрый	3	2	1	0	1	2	3	Вялый	71	С
27	Соображать трудно	3	2	1	0	1	2	3	Соображать легко	17	А
28	Рассеянный	3	2	1	0	1	2	3	Внимательный	17	А
29	Полный надежд	3	2	1	0	1	2	3	Разочарованный	71	Н
30	Довольный	3	2	1	0	1	2	3	Недовольный	71	Н

**Опросник ДОРС А. Леонова, С. Величковская
«Дифференцированная оценка состояний сниженной
работоспособности (утомление-монотония-пресыщение-стресс)»**

Цель: определение уровня выраженности состояний сниженной работоспособности.

Инструкция: Вам предлагается ряд высказываний, характеризующих чувства и ощущения, которые могут возникнуть у вас в процессе работы. Прочитайте, пожалуйста, внимательно каждое из них и оцените, насколько оно соответствует вашим обычным переживаниям во время рабочего дня.

№	Утверждение	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1	Работа доставляет мне удовольствие	1	2	3	4
2	Я с легкостью могу полностью сконцентрироваться на работе	1	2	3	4
3	Работа не кажется мне «тупой» или слишком однообразной	1	2	3	4
4	Я работаю почти с отвращением	1	2	3	4

5	Я чувствую себя неповоротливым и сонным	1	2	3	4
6	Хотелось бы, чтобы в моей работе было побольше разнообразных заданий	1	2	3	4
7	У меня возникает чувство неуверенности при выполнении работы	1	2	3	4
8	На возникающие помехи и неполадки в работе я реагирую спокойно и собранно	1	2	3	4
9	Чтобы справиться с выполнением рабочих заданий, мне приходится затрачивать гораздо больше усилий, чем я привык	1	2	3	4
10	Я теряю общий контроль над рабочей ситуацией	1	2	3	4
11	Я чувствую себя утомленным	1	2	3	4
12	Я продолжаю работать и дальше, хотя не испытываю особого интереса	1	2	3	4
13	Все, что происходит на моем рабочем месте, я могу контролировать без всякого напряжения	1	2	3	4
14	Я работаю с неохотой	1	2	3	4
15	Я работаю с неохотой	1	2	3	4
16	Я пытаюсь изменить деятельности или отвлечься, чтобы преодолеть чувство усталости	1	2	3	4
17	Я нахожу свою работу достаточно приятной и интересной	1	2	3	4
18	Бывает, что в некоторых рабочих ситуациях я испытываю страх	1	2	3	4
19	НА работе я вялый и безрадостный	1	2	3	4
20	Работа не очень тяготит меня	1	2	3	4
21	Мне приходится заставлять себя работать	1	2	3	4
22	Возникают ситуации, когда приходится мгновенно собраться и принимать решения, чтобы предотвратить возможные сбои и неполадки в работе	1	2	3	4
23	Во время работы мне хочется встать, немного размяться и подвигаться	1	2	3	4

24	Я на грани того, чтобы заснуть прямо за работой	1	2	3	4
25	Моя работа полна разнообразных заданий	1	2	3	4
26	Я с удовольствием выполняю свою работу	1	2	3	4
27	Мне кажется, что я легко могу справиться с любой поставленной передо мной рабочей задачей	1	2	3	4
28	Я собран и полностью включен в выполнение любого поученного мне задания	1	2	3	4
29	Я могу без труда принять все необходимые меры для преодоления сложных ситуаций	1	2	3	4
30	Время за работой пролетает незаметно	1	2	3	4
31	Я привык к тому, что в моей работе постоянно может случаться что-то непредвиденное	1	2	3	4
32	Я реагирую на происходящее недостаточно быстро	1	2	3	4
33	Я ловлю себя на ощущении, что время как бы остановилось	1	2	3	4
34	Мне становится не по себе при любом, даже незначительном, сбое или помехе в работе	1	2	3	4
35	Моя работа слишком однообразна, и я бы рад любому изменению в течение рабочего процесса	1	2	3	4
36	Я сыт по горло этой работой	1	2	3	4
37	Я чувствую себя измученным и совершенно избитым	1	2	3	4
38	Мне нетрудно самостоятельно принимать любые решения, касающиеся выполнения своей работы	1	2	3	4
39	В последнее время работа не приносит мне и половины обычного удовольствия	1	2	3	4
40	Я чувствую нервозность и повышенную раздражительность	1	2	3	4

Обработка. Для оценки каждого состояния суммируются баллы в соответствии с формулой подсчета. Далее они сопоставляются с тестовыми нормами.

Формулы подсчета основных показателей

ИУ (утомление) = $(\sum 9, 11, 21, 32 - \sum 2, 10, 14, 27, 28) + 25$
ИМ (монотония) = $(\sum 5, 6, 23, 24, 33, 35 - \sum 3, 25, 30) + 15$
ИП (пресыщение) = $(\sum 4, 13, 15, 19, 36, 39 - \sum 1, 17, 20, 26) + 20$
ИС (стресс) = $(\sum 7, 18, 22, 31, 34, 37, 40 - \sum 8, 29, 38) + 15$

Тестовые нормы:

Степень выраженности состояния	ИУ Индекс утомления	ИМ Индекс монотонии	ИП Индекс пресыщения	ИС Индекс стресса
низкая	до 15	до 15	до 16	до 16
умеренная	от 16 до 25	от 16 до 25	от 17 до 24	от 17 до 24
выраженная	от 26 до 31	от 26 до 30	от 25 до 30	от 25 до 30
высокая	от 32 и выше	от 31 и выше	от 31 и выше	от 31 и выше

Модификация опросника SVF 120 В. Янке, Г. Эрдман Преодоление трудных жизненных ситуаций (ПТЖС) Н. Водопьянова

Цель: диагностика типичных способов преодоления стрессовых ситуаций (копинг-стратегий).

Инструкция: Почтите внимательно каждое преодоление и оцените, поставив крестик в соответствующую графу, насколько то, что в каждом из них утверждается, соответствует тому, что вы обычно думаете, делаете, переживаете, когда кто-то или что-то вывело вас из состояния равновесия или вам что-либо вредит.

№	Когда мне кто-либо или что-либо вредит (наносит ущерб, стесняет), выводит из состояния психического равновесия, то я...					
		никогда	редко	часто	оч часто	всегда
1	Пытаюсь сконцентрировать свою мысль на чет-то другом					
2	Говорю себе: «не смирайся», «бороться и побеждать»					
3	Ищу того, кто бы поддержал меня					
4	Чувствую беспомощность					

5	Говорю себе, что мне упрекать себя не в чем					
6	Избегаю контактов с другими					
7	Начинаю курить или курю намного больше обычного					
8	Впредь избегаю подобных ситуаций					
9	Постоянно спрашиваю себя, что я снова сделал(а) неправильно					
10	Говорю себе: «Ничего страшного»					
11	Тщательно обдумываю свое дальнейшее поведение					
12	Повышаю свою физическую (мышечную) нагрузку					
13	Жалею себе (чувствую жалость к себе), обиду на других					
14	Пытаюсь уйти от решения проблемы					
15	Говорю себе, что я преодолею					
16	Не могу долгое время думать ни о чем другом					
17	Быстрее, чем другие, справляюсь с ситуацией					
18	Пытаюсь разобраться в деталях ситуации					
19	Принимаю успокоительные средства					
20	Начинаю заниматься чем-то другим (переключаюсь на другую деятельность)					
21	Советуюсь с другими, как мне себя вести					
22	Ем что-либо вкусное					
23	После того, как что-то случилось, долгое время анализирую, почему это произошло					
24	Думаю: «Надо как можно быстрее уйти из ситуации»					
25	Стыжусь случившегося					
26	Говорю себе: «Ты должен(а) справиться с силами»					
27	Избегаю людей					
28	Стараюсь дышать совершенно спокойно и равномерно					

29	В будущем при появлении первых же признаков ссоры избегаю подобной ситуации					
30	Говорю себе: «Тебе нечего стыдиться»					
31	Говорю себе: «Это забудется со временем»					
32	Стремлюсь быстрее решить проблему					
33	Стремлюсь к общению с другими людьми					
34	Сознательно начинаю думать о своих успехах					
35	Я не доволен(а) собой					
36	Смотрю что-нибудь приятное по телевизору или читаю увлекательную художественную литературу					
37	Думаю: «Только не сдавайся»					
38	Радуюсь, что отношусь ко всему спокойнее, чем другие					
39	Принимаю меры для того, чтобы устранить причину					
40	Мне на ум приходят мысли о «побеге»					
41	Завидую другим, с которыми такое не происходит					
42	Должен(на) рассказать другим о случившемся					
43	Говорю себе: «Я ничего не могу поделать»					
44	Чувствую потребность чем-то ударить по стене или что-то бросить					
45	Занимаюсь чем-либо, что меня отвлекает от случившегося					
46	Не знаю, как себя вести в данной ситуации					
47	Постараюсь преуспеть в чем-либо другом					
48	Намереваюсь в будущем избегать подобных ситуаций					
49	Изолирую себя от своего окружения					
50	Говорю себе: «Время лечит»					

51	Думаю, что судьба несправедлива ко мне					
52	Говорю себе: «Другие не смогли бы так легко пережить»					
53	Испытываю потребность в алкоголе					
54	Пытаюсь перебороть свое возбужденное состояние					
55	Это еще долго беспокоит меня					
56	Говорю себе: «Ты ни в коем случае не должен сдаваться»					
57	Упрекаю (обвиняю) себя					
58	Пытаюсь расслабиться, отдохнуть от всех дел					
59	Обращаюсь к делам, успех которых мне обеспечен					
60	Мне кажется все безнадежно					
61	Срываю зло (недовольство) на других людях					
62	У меня одно желание: как можно быстрее «убежать» от этой проблемы					
63	Прошу кого-нибудь помочь мне					
64	Делаю что-либо приятное для себя					
65	Думаю: «Я несу ответственность за сложившуюся ситуацию»					
66	Подготавливаю план действий по преодолению трудностей					
67	Говорю себе: «Все вскоре образуется»					
68	Пытаюсь сохранить самообладание					
69	Думаю: «В будущем не хочу опять попасть в такую ситуацию»					
70	Хочу немедленно выпить что-нибудь спиртное					
71	Говорю себе: «Только не падай духом»					
72	Я еще долго думаю о случившемся					
73	Пытаюсь избежать ситуации					
74	Покупаю себе что-то, что я давно хотел(а) иметь					

75	Говорю себе: «В конце концов, это была моя ошибка»					
76	Не хочу никого видеть					
77	Владею собой намного лучше, чем другие в такой ситуации					
78	Пускаю в ход все лучшие качества, умения					
79	Могу согласиться с тем, что всегда именно мне не везет					
80	Ищу то, что может меня обрадовать					
81	Отдыхаю и расслабляюсь					
82	Испытываю ярость					
83	Решаю, какие у меня есть возможности для преодоления ситуации					
84	Должен(а) услышать чье-либо мнение по этому поводу					
85	Пытаюсь проконтролировать свое поведение					
86	Ухожу с головой в работу					
87	Пытаюсь понять, в чем моя вина					
88	Думаю: «Завтра наверняка обо всем забуду»					
89	Решаю, что все это не имеет никакого значения					
90	Принимаю снотворные средства					
91	Активно начинаю изменять ситуацию					
92	Больше всего мне хочется побыть одному(ой)					
93	Меня все раздражает					
94	Думаю: «Не миновало меня ничего»					
95	Пытаюсь разобраться в проблеме с использованием других источников					
96	Говорю себе: «Ты справишься с этим»					
97	Успокаиваюсь быстрее, чем другие					
98	Внимательно слежу за тем, чтобы в такую ситуацию больше не попадать					
99	Думаю о чем-то, что меня расслабляет					

100	Вновь и вновь мысленно проигрываю всю ситуацию					
101	Пытаюсь отвлечься от случившегося					
102	Пытаюсь обсудить проблему с кем-либо					
103	Исполняю какое-либо свое заветное желание					
104	Думаю я не виновен(на)					
105	Решаю покориться судьбе					
106	Убеждаю себя, что все это не важно					
107	Мне все мешают и раздражают					
108	Принимаю какие-либо лекарства					
109	Говорю себе: «Не теряй самообладания»					
110	Никак не могу освободиться от мысли о случившемся					
111	Каким-либо образом отвлекаю себя от произошедшего					
112	Становлюсь раздраженным(ой)					
113	Воспринимаю случившееся легче, чем другие					
114	Закрываю глаза и пытаюсь расслабиться					
115	Добиваюсь признания в других областях					
116	Пытаюсь как следует выяснить причины, которые привели к данной ситуации					
117	Спрашиваю себя: «Почему именно со мной должно было это произойти?!»					
118	Размышляю над тем, как я впредь смогу избежать подобного					
119	Думаю: «Не во мне причина того, что произошло»					
120	Мне больше всего хочется просто убежать					

Обработка. Анализ результатов проводится, с одной стороны, по отдельным шкалам (сумма набранных баллов), с другой – по вторичным оценкам (Установление общей суммы позитивных и негативных стратегий, а также оценок, которые относятся к группам: Положительный 1, Положительный 2, Положительный 3. Полученные результаты вносятся в протокол профиля.

В том случае, когда оценки необходимо сравнить с оценками

других лиц или соответствующей группы, полезно использовать стандартизированные оценки. Для стандартных оценок может использоваться протокол профиля стандартных оценок. Это подходит и для представления результатов в сравнении с составленными сами пользователем групповых данных

Протокол профиля

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10	17	5	1	22	32	12	11	26	2
31	38	30	20	36	34	28	18	54	15
50	52	65	45	64	47	58	39	68	37
67	77	89	59	74	83	81	66	78	56
88	97	104	101	80	91	99	95	85	71
106	113	119	111	103	115	114	116	109	96
$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$
Поз. 1: $\Sigma =$			Поз. 2 $\Sigma =$				Поз. 3 $\Sigma =$		
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	8	14	6	16	4	13	9	44	7
33	29	24	27	23	21	41	25	61	19
42	48	40	49	55	43	51	35	82	53
63	69	62	76	72	46	79	57	93	70
84	98	73	86	100	60	94	75	107	90
102	118	120	92	111	105	117	87	111	108
$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$	$\Sigma =$
		Негат.: $\Sigma =$							
		Позит.: $\Sigma =$							

Шкалы 1-10 касаются действий, которые направлены на уменьшение (снижение) стресса и принципиально пригодны для этого. Они обозначены кратко как «позитивные стратегии»

Шкалы 13-18 касаются путей преодоления стресса, которые могут усилить стресс, кратко – «негативные стратегии».

Шкалы 11 – «социальная необходимость поддержки», 12 – «избегание», 19 – «агрессия», 20 – «прием лекарств» не могут быть отнесены однозначно к одной из этих категорий.

В то время как негативные стратегии в целом относительно гомогенны, внутри позитивных стратегий дифференцируются три диапазона.

Положительный 1 – охватывает шкалы 1-3, которые касаются когнитивных стратегий преодоления стресса в смысле снижения его значимости (защита),

Положительный 2 – шкалы 4-7, которые показывают тенденцию к отвлечению от стресса, то есть обращению к позитивным ситуациям, состояниям, исключая стресс;

Положительный 3 – шкалы 8-10, которые касаются действий по контролю стрессовой ситуации, вызванных ею собственных реакций и необходимого в этом случае приписывания себе способностей для его определения.

Ключ и характеристика шкал (стратегий)

№	Название стратегии	Значение стратегии
1	Снижение значения стрессовой ситуации Вопросы: 10, 31, 50, 67, 88, 106	Снижать значение силы, продолжительности или тяжести напряжения
2	Самоодобрение Вопросы: 17, 38, 52, 77, 97, 113	Приписывать себе меньший стресс по сравнению с другими
3	Самооправдание Вопросы: 5, 30, 65, 89, 104, 119	Подчеркивать отсутствие личной ответственности
4	Отвлечение Вопросы: 1, 20, 45, 59, 101, 111	Отказываться от связанной со стрессами активности, отвлекаться от ситуаций
5	Замещение Вопросы: 22, 36, 64, 74, 80, 103	Обращаться к позитивным ситуациям, к активности, делать себе что-либо приятное
6	Самоутверждение Вопросы: 32, 34, 47, 83, 91, 115	Обеспечивать себе успех, признание и самоутверждение
7	Психомышечная релаксация Вопросы: 12, 28, 58, 81, 99, 114	Расслабление полное или отдельных частей тела, отдых
8	Контроль над ситуацией Вопросы: 11, 18, 39, 66, 95, 116	Анализировать ситуацию, планировать и исполнять действия по контролю (решения проблемы)
9	Самоконтроль/ Самообладание Вопросы: 26, 54, 68, 78, 85, 109	Контролировать собственные реакции, свое поведение, сохранять самообладание
10	Позитивная самомотивация Вопросы: 2, 15, 37, 56, 71, 96	Приписывать себе компетенцию и способность контроля

11	Поиск социальной поддержки Вопросы: 3, 33, 42, 63, 84, 102	Искать беседу (дискуссию), социальную поддержку и помощь
12	Антиципирующее избегание Вопросы: 8, 29, 48, 69, 98, 118	Намереваться предотвращать подобные стрессовые ситуации в будущем или избегать их
13	Бегство от стрессовой ситуации Вопросы: 14, 24, 40, 62, 73, 120	Безропотная тенденция ухода от напряженной ситуации
14	Социальная замкнутость Вопросы: 6, 27, 49, 76, 86, 92	Уединяться от других
15	«Заезженная пластинка» Вопросы: 16, 23, 55, 72, 100, 110	Не уметь отвлекаться мысленно, постоянно раздумывать над ситуацией («ломать голову»)
16	Беспомощность Вопросы: 4, 21, 43, 46, 60, 105	Сдаваться с чувством беспомощности, безнадежности, разочарованности
17	Жалость к себе Вопросы: 13, 41, 51, 79, 94, 117	Сочувствовать самому себе, завидовать другим
18	Самообвинение Вопросы: 9, 25, 35, 57, 75, 87	Приписывать напряжение собственным ошибочным действиям, обвинять во всем происходящем себя
19	Агрессия Вопросы: 44, 61, 82, 93, 107, 112	Реагировать раздраженно, сердито, агрессивно
20	Прием лекарств Вопросы: 7, 19, 53, 70, 90, 108	Принимать психотропные средства (лекарства, алкоголь, табакокурение)

Необходимо определить доминирующие копинг-стратегии, а также соотношение позитивных и негативных стратегий. Разработать рекомендации по коррекции.

**Методика «Шкала ситуативной тревожности Ч. Д. Спилбергера»
(адаптирована Ю. Л. Ханиным)**

Цель: изучение ситуативной тревожности (на данный момент).

Инструкция: Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже определений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросом долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

Суждение	Ответ			
	нет, это не так	пожалуй, так	верно	совершенно верно
1. Я спокоен	1	2	3	4
2. Мне ничего не угрожает	1	2	3	4
3. Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4. Я внутренне скован	1	2	3	4
5. Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6. Я расстроен	1	2	3	4
7. Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8. Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9. Я встревожен	1	2	3	4
10. Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11. Я уверен в себе	1	2	3	4
12. Я нервничаю	1	2	3	4
13. Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14. Я взвинчен	1	2	3	4
15. Я не чувствую скованности, напряженности	1	2	3	4
16. Я доволен	1	2	3	4
17. Я озабочен	1	2	3	4
18. Я слишком возбужден, и мне не по себе	1	2	3	4
19. Мне радостно	1	2	3	4
20. Мне приятно	1	2	3	4

Обработка. Итоговый показатель находится в диапазоне от 20 до 80 баллов. Чем выше показатель, тем выше уровень тревожности. При интерпретации показателей можно ориентироваться на следующие ориентировочные оценки уровня тревожности: до 30 баллов – низкая, 31-44 балла – умеренная, 45 и более – высокая.

Ключ

№ суждения	балл			
1	4	3	2	1
2	4	3	2	1
3	1	2	3	4
4	1	2	3	4
5	4	3	2	1
6	1	2	3	4
7	1	2	3	4
8	4	3	2	1
9	1	2	3	4
10	4	3	2	1

№ суждения	балл			
11	4	3	2	1
12	1	2	3	4
13	1	2	3	4
14	1	2	3	4
15	4	3	2	1
16	4	3	2	1
17	1	2	3	4
18	1	2	3	4
19	4	3	2	1
20	4	3	2	1

Шкала тревожности студента

Модификация Г. Ш. Габдреевой опросника Ж. Тейлор

Цель: определение личностной тревожности студентов.

Инструкция: Вам предлагается согласиться с рядом положений опросника или отвергнуть их, поставив рядом с соответствующим номером протокола знак «+» или «-».

1. Мне с трудом удастся сосредоточить внимание на лекции.
2. Отступление преподавателя от основной темы лекции сильно отвлекает меня.
3. Меня постоянно тревожат мысли о предстоящем зачете или экзамене.
4. Временами мне кажется, что мои знания по тому или иному предмету ничтожны.
5. Отчаявшись выполнить какое-либо задание, я обычно «опускаю руки».

6. Я не успеваю усваивать материал лекций, и это вызывает чувство неуверенности в себе.

7. Я очень болезненно реагирую на критические замечания преподавателя.

8. Неожиданный вопрос преподавателя приводит меня в замешательство.

9. Положение в нашей учебной группе сильно беспокоит меня.

10. Я безвольный человек, и это отражается на моей успеваемости.

11. Я с трудом сосредоточиваюсь на выполнении какого-либо задания, и это раздражает меня.

12. Несмотря на уверенность в своих знаниях, я испытываю страх перед зачетом и экзаменом.

13. Порой мне кажется, что я не смогу усвоить всего учебного материала, и меня пугает возможность «отсева».

14. Во время ответа на семинарах, зачетах, экзаменах меня смущает необходимость выступать перед аудиторией.

15. Возможность неудачи на сессии очень тревожит меня.

16. Во время выступления на семинарах или ответах на экзаменах от волнения начинаю заикаться.

17. Мое настроение во многом зависит от успешного выполнения учебных заданий.

18. Я часто ссорюсь с товарищами по группе из-за пустяков и потом об этом жалею.

19. «Микроклимат» в группе очень влияет на мое настроение.

20. После горячего спора или ссоры я долго не могу успокоиться.

21. У меня редко бывают головные боли после длительной и напряженной умственной деятельности.

22. Меня ничто не может вывести из хорошего расположения духа.

23. Неудачи в учебе не очень волнуют меня.

24. Я не волнуюсь и не испытываю сильного сердцебиения перед экзаменом, если уверен в своих знаниях.

25. Я захожу на экзамен в числе первых и не задумываюсь над выбором билета.

26. Мне не требуется времени на обдумывание дополнительного вопроса.

27. Насмешки однокурсников не портят мне настроения.

28. Я спокойно сплю в период сессии, и мне не снятся экзамены.

29. В коллективе я чувствую себя легко и непринужденно.

30. Мне легко организовать свой рабочий день, я всегда успеваю сделать то, что запланировал.

Обработка. Утверждения 1-20 – учитываются ответы «да» (+), 21-30 – учитываются ответы «нет» (-). Ответы «не знаю» не учитываются. За каждый ответ в соответствии с ключом начисляется 1 балл. Чем больше набранная сумма баллов, тем больше эмоциональная неустойчивость (тревожность) у обследованного студента.

Шкала депрессии Э. Бека

Цель: определение степени выраженности депрессии.

Инструкция: Прочитайте каждое утверждение, помещенное против порядковых цифр, и выберите такое, которое наиболее точно определяет ваше самочувствие в настоящий момент. В рамках пронумерованных позиций можно выбрать несколько утверждений. Итак, сначала познакомьтесь со всеми буквенными пунктами раздела, а затем решите, что истинно по отношению к вам.

Текст опросника

- 1.а) я чувствую себя хорошо;
 - б) мне плохо;
 - в) мне все время грустно, и я ничего не могу с собой поделать;
 - г) мне так скучно и грустно, что я не в силах больше терпеть.
- 2.а) будущее не пугает меня;
 - б) я боюсь будущего;
 - в) меня ничто не радует;
 - г) мое будущее беспросветно.
- 3.а) в жизни мне большей частью везло;
 - б) неудач и провалов было у меня больше, чем у кого-либо другого;
 - в) я ничего не добился в жизни;
 - г) я потерпел полное фиаско – как родитель, партнер, ребенок, на профессиональном уровне – словом, всюду.
- 4.а) не могу сказать, что я неудовлетворен;
 - б) как правило, я скучаю;
 - в) что бы я ни делал, ничто меня не радует, я как заведенная машина;
 - г) меня не удовлетворяет абсолютно все;

- 5.а) у меня нет ощущения, будто я кого-то обидел;
б) может, я и обидел кого-то, сам того не желая, но мне об этом ничего не известно;
в) у меня такое чувство, будто я всем приношу только несчастья;
г) я плохой человек, слишком часто я обижал других людей.
- 6.а) я доволен собой;
б) иногда я чувствую себя несносным;
в) порой я испытываю комплекс неполноценности;
г) я совершенно никчемный человек.
- 7.а) у меня не складывается впечатление, будто я совершил нечто такое, что заслуживает наказания;
б) я чувствую, что наказан или буду наказан за нечто такое, чему стал виной;
в) я знаю, что заслуживаю наказания;
г) я хочу, чтобы жизнь меня наказала.
- 8.а) я никогда не разочаровывался в себе;
б) я много раз испытывал разочарование в самом себе;
в) я не люблю себя;
г) я себя ненавижу.
- 9.а) я ничем не хуже других;
б) порой я допускаю ошибки;
в) просто ужасно, как мне не везет;
г) я сею вокруг себя одни несчастья.
- 10.а) я люблю себя и не обижаю себя;
б) иногда я испытываю желание сделать решительный шаг, но не отваживаюсь;
в) лучше было бы вовсе не жить;
г) я подумываю о том, чтобы покончить жизнь самоубийством.
11. а) у меня нет причин плакать;
б) бывает, что я и поплачу;
в) я плачу теперь постоянно, так что не могу выплакаться;
г) раньше я плакал, а теперь как-то не выходит, даже когда хочется.
12. а) я спокоен;
б) я легко раздражаюсь;

- в) я нахожусь в постоянном напряжении, как готовый взорваться паровой котел;
г) мне теперь все безразлично; то, что раньше раздражало меня, ныне будто бы меня не касается.
- 13.** а) принятие решения не доставляет мне особых проблем;
б) иногда я откладываю решение на потом;
в) принимать решение для меня проблематично;
г) я вообще никогда ничего не решаю.
- 14.** а) мне не кажется, будто я выгляжу плохо или хуже, чем прежде;
б) меня волнует, что я неважно выгляжу;
в) дела идут чем дальше, тем хуже, я выгляжу плохо;
г) я безобразен, у меня просто отталкивающая внешность.
- 15.** а) совершить поступок – для меня не проблема;
б) мне приходится заставлять себя, чтобы сделать какой-либо важный в жизни шаг;
в) чтобы решиться на что-либо я должен очень много поработать над собой;
г) я вообще не способен что-либо реализовать.
- 16.** а) я сплю спокойно и хорошо высыпаюсь;
б) по утрам я просыпаюсь более утомленным, чем был до того, как заснул;
в) я просыпаюсь рано и чувствую себя невыспавшимся;
г) иногда я страдаю бессонницей, иногда просыпаюсь по несколько раз за ночь, в общей сложности я сплю не более пяти часов в сутки.
- 17.** а) у меня сохранилась прежняя работоспособность;
б) я быстро устаю;
в) я чувствую себя уставшим, даже если почти ничего не делаю;
г) я настолько устал, что ничего не могу делать.
- 18.** а) аппетит у меня такой же, каким он был всегда;
б) у меня пропал аппетит;
в) аппетит у меня гораздо хуже, чем прежде;
г) у меня вообще нет аппетита.
- 19.** а) бывать на людях для меня так же приятно, как и раньше;
б) мне приходится заставлять себя встречаться с людьми;

- в) у меня нет никакого желания бывать в обществе;
- г) я нигде не бываю, люди не интересуют меня, меня вообще не волнует ничто постороннее.

20. а) мои эротико-сексуальные интересы сохранились на прежнем уровне;

- б) секс уже не интересует меня так, как прежде;
- в) сейчас я мог бы спокойно обходиться без секса;
- г) секс вообще не интересует меня, я совершенно потерял к нему влечение.

21. а) я чувствую себя вполне здоровым и забочусь о своем здоровье так же, как и раньше;

- б) у меня постоянно что-то болит;
- в) со здоровьем дело обстоит серьезно, я все время об этом думаю;
- г) мое физическое самочувствие ужасно, болячки просто изводят меня.

Обработка. За ответы «а» начисляется 0 баллов, «б» – 1 балл, «в» – 3 балла, «г» – 4 балла. Подсчитывается общая сумма набранных очков

№ п/п	Сумма баллов	Степень депрессии
1	0-4	отсутствует
2	5-7	легкая;
3	8-15	средняя;
4	16 и более	высокая.

Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В. В. Бойко

Цель: определение уровня эмоционального выгорания. Эмоциональное выгорание – это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. Эмоциональное выгорание представляет собой приобретенный стереотип эмоционального, чаще всего профессионального, поведения. «Выгорание» отчасти позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время, могут возникать его дисфункциональные следствия.

Инструкция: Ответьте на вопросы «да» или «нет». Примите во

внимание, что, если в формулировках опросника идет речь о «партнерах», то имеются в виду субъекты вашей профессиональной деятельности – пациенты, клиенты, потребители, заказчики, учащиеся и другие люди, с которыми вы ежедневно работаете.

1. Организационные недостатки на работе постоянно заставляют нервничать, переживать, напрягаться.
2. Сегодня я доволен своей профессией не меньше, чем в начале карьеры.
3. Я ошибся в выборе профессии или профиля деятельности (занимаю не свое место).
4. Меня беспокоит то, что я стал хуже работать (менее продуктивно, качественно, медленнее).
5. Теплота взаимодействия с партнерами очень зависит от моего настроения – хорошего или плохого.
6. От меня как профессионала мало зависит благополучие партнеров.
7. Когда я прихожу с работы домой, то некоторое время (часа 2-3) мне хочется побыть наедине, чтобы со мной никто не общался.
8. Когда я чувствую усталость или напряжение, то стараюсь поскорее решить проблемы партнера (свернуть взаимодействие).
9. Мне кажется, что эмоционально я не могу дать партнерам того, что требует профессиональный долг.
10. Моя работа притупляет эмоции.
11. Я откровенно устал от человеческих проблем, с которыми приходится иметь дело на работе.
12. Бывает, я плохо засыпаю (сплю) из-за переживаний, связанных с работой.
13. Взаимодействие с партнерами требует от меня большого напряжения.
14. Работа с людьми приносит все меньше удовлетворения.
15. Я бы сменил место работы, если бы представилась возможность.
16. Меня часто расстраивает то, что я не могу должным образом оказать партнеру профессиональную поддержку, услугу, помощь.
17. Мне всегда удается предотвратить влияние плохого настроения на деловые контакты.
18. Меня очень огорчает, если что-то не ладится в отношениях с деловым партнером.
19. Я настолько устаю на работе, что дома стараюсь общаться как можно меньше.

20. Из-за нехватки времени, усталости или напряжения часто уделяю внимание партнеру меньше, чем положено.
21. Иногда самые обычные ситуации общения на работе вызывают раздражение.
22. Я спокойно воспринимаю обоснованные претензии партнеров.
23. Общение с партнерами побудило меня сторониться людей.
24. При воспоминании о некоторых коллегах по работе или партнерах у меня портится настроение.
25. Конфликты или разногласия с коллегами отнимают много сил и эмоций.
26. Мне все труднее устанавливать или поддерживать контакты с деловыми партнерами.
27. Обстановка на работе мне кажется очень трудной, сложной.
28. У меня часто возникают тревожные ожидания, связанные с работой: что-то должно случиться, как бы не допустить ошибки, смогу ли сделать все, как надо, не сократят ли и т. п.
29. Если партнер мне неприятен, я стараюсь ограничить время общения с ним или меньше уделять ему внимания.
30. В общении на работе я придерживаюсь принципа: «не делай людям добра, не получишь зла».
31. Я охотно рассказываю домашним о своей работе.
32. Бывают дни, когда мое эмоциональное состояние плохо сказывается на результатах работы (меньше делаю, снижается качество, случаются конфликты).
33. Порой я чувствую, что надо проявить к партнеру эмоциональную отзывчивость, но не могу.
34. Я очень переживаю за свою работу.
35. Партнерам по работе отдаешь внимания и заботы больше, чем получаешь от них признательности.
36. При мысли о работе мне обычно становится не по себе: начинает колоть в области сердца, повышается давление, появляется головная боль.
37. У меня хорошие (вполне удовлетворительные) отношения с непосредственным руководителем.
38. Я часто радуюсь, видя, что моя работа приносит пользу людям.
39. Последнее время (или как всегда) меня преследуют неудачи в работе.
40. Некоторые стороны (факты) моей работы вызывают глубокое разочарование, повергают в уныние.

41. Бывают дни, когда контакты с партнерами складываются хуже, чем обычно.
42. Я разделяю деловых партнеров (субъектов деятельности) хуже, чем обычно.
43. Усталость от работы приводит к тому, что я стараюсь сократить общение с друзьями и знакомыми.
44. Я обычно проявляю интерес к личности партнера помимо того, что касается дела.
45. Обычно я прихожу на работу отдохнувшим, со свежими силами, в хорошем настроении.
46. Я иногда ловлю себя на том, что работаю с партнерами автоматически, без души.
47. По работе встречаются настолько неприятные люди, что невольно желаешь им чего-нибудь плохого.
48. После общения с неприятными партнерами у меня бывает ухудшение физического или психического самочувствия.
49. На работе я испытываю постоянные физические или психологические перегрузки.
50. Успехи в работе вдохновляют меня.
51. Ситуация на работе, в которой я оказался, кажется безысходной (почти безысходной).
52. Я потерял покой из-за работы.
53. На протяжении последнего года была жалоба (были жалобы) в мой адрес со стороны партнера (ов).
54. Мне удается беречь нервы благодаря тому, что многое из происходящего с партнерами я не принимаю близко к сердцу.
55. Я часто с работы приношу домой отрицательные эмоции.
56. Я часто работаю через силу.
57. Прежде я был более отзывчивым и внимательным к партнерам, чем теперь.
58. В работе с людьми руководствуюсь принципом: не трать нервы, береги здоровье.
59. Иногда иду на работу с тяжелым чувством: как все надоело, никого бы не видеть и не слышать.
60. После напряженного рабочего дня я чувствую недомогание.
61. Контингент партнеров, с которым я работаю, очень трудный.
62. Иногда мне кажется, что результаты моей работы не стоят тех усилий, которые я затрачиваю.

63. Если бы мне повезло с работой, я был бы более счастлив.
64. Я в отчаянии из-за того, что на работе у меня серьезные проблемы.
65. Иногда я поступаю со своими партнерами так, как не хотел бы, чтобы поступали со мной.
66. Я осуждаю партнеров, которые рассчитывают на особое снисхождение, внимание.
67. Чаще всего после рабочего дня у меня нет сил заниматься домашними делами.
68. Обычно я тороплю время: скорей бы рабочий день кончился.
69. Состояния, просьбы, потребности партнеров обычно меня искренне волнуют.
70. Работая с людьми, я обычно как бы ставлю экран, защищающий от чужих страданий и отрицательных эмоций.
71. Работа с людьми (партнерами) очень разочаровала меня.
72. Чтобы восстановить силы, я часто принимаю лекарства.
73. Как правило, мой рабочий день проходит спокойно и легко.
74. Мои требования к выполняемой работе выше, чем то, чего я достигаю в силу обстоятельств.
75. Моя карьера сложилась удачно.
76. Я очень нервничаю из-за всего, что связано с работой.
77. Некоторых из своих постоянных партнеров я не хотел бы видеть и слышать.
78. Я одобряю коллег, которые полностью посвящают себя людям (партнерам), забывая о собственных интересах.
79. Моя усталость на работе обычно мало сказывается (никак не сказывается) в общении с домашними и друзьями.
80. Если предоставляется случай, я уделяю партнеру меньше внимания, но так, чтобы он этого не заметил.
81. Меня часто подводят нервы в общении с людьми на работе.
82. Ко всему (почти ко всему), что происходит на работе я утратил интерес, живое чувство.
83. Работа с людьми плохо повлияла на меня как профессионала – обозлила, сделала нервным, притупила эмоции.
84. Работа с людьми явно подрывает мое здоровье.

Обработка. Каждый вариант ответа предварительно оценен компетентными судьями тем или иным числом баллов – указывается в «ключе» рядом с номером суждения в скобках. Это сделано потому,

что признаки, включенные в симптом, имеют разное значение в определении его тяжести. Максимальную оценку – 10 баллов получил от судей признак, наиболее показательный для симптома.

В соответствии с «ключом» осуществляются следующие подсчеты: 1) определяется сумма баллов отдельно для каждого из 12 симптомов «выгорания», 2) подсчитывается сумма показателей симптомов для каждой из 3-х фаз формирования «выгорания», 3) находится итоговый показатель синдрома «эмоционального выгорания» – сумма показателей всех 12-ти симптомов.

«НАПРЯЖЕНИЕ»

1. Переживание психотравмирующих обстоятельств:
1 (2), 13 (3), 25 (2), -37 (3), 49 (10), 61 (5), -73 (5)
2. Неудовлетворенность собой:
-2 (3), 14 (2), 26 (2), -38 (10), -50 (5), 62 (5), 74 (3)
3. «Загнанность в клетку»:
3 (10), 15 (5), 27 (2), 39 (2), 51 (5), 63 (1), -75 (5)
4. Тревога и депрессия:
4 (2), 16 (3), 28 (5), 40 (5), 52 (10), 64 (2), 76 (3)

«РЕЗИСТЕНЦИЯ»

1. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование:
5 (5), -17 (3), 29 (10), 41 (2), 53 (2), 65 (3), 77 (5)
2. Эмоционально-нравственная дезориентация:
6 (10), -18 (3), 30 (3), 42 (5), 54 (2), 66 (2), -78 (5)
3. Расширение сферы экономии эмоций:
7 (2), 19 (10), -31 (2), 43 (5), 55 (3), 67 (3), -79 (5)
4. Редукция профессиональных обязанностей:
8 (5), 20 (5), 32 (2), -44 (2), 56 (3), 68 (3), 80 (10)

«ИСТОЩЕНИЕ»

1. Эмоциональный дефицит:
9 (3), 21 (2), 33 (5), -45 (5), 57 (3), -69 (10), 81 (2)
2. Эмоциональная отстраненность:
10 (2), 22 (3), -34 (2), 46 (3), 58 (5), 70 (5), 82 (10)
3. Личностная отстраненность (деперсонализация):
11 (5), 23 (3), 35 (3), 47 (5), 59 (5), 72 (2), 83 (10)
4. Психосоматические и психовегетативные нарушения:
12 (3), 24 (2), 36 (5), 48 (3), 60 (2), 72 (10), 84 (5)

Интерпретация результатов. Предложенная методика дает подробную картину синдрома «эмоционального выгорания». Прежде

всего надо обратить внимание на отдельно взятые симптомы. Показатель выраженности каждого симптома колеблется в пределах от 0 до 30 баллов: 9 и менее баллов – не сложившийся симптом, 10-15 баллов – складывающийся симптом, 16 и более – сложившийся. Симптомы с показателями 20 и более баллов относятся к доминирующим в фазе или во всем синдроме «эмоционального выгорания».

Методика позволяет увидеть ведущие симптомы «выгорания». Существенно важно отметить, к какой фазе формирования стресса относятся доминирующие симптомы и в какой фазе их наибольшее число.

Дальнейший шаг в интерпретации результатов опроса – осмысление показателей фаз развития стресса – «напряжение», «резистенция» и «истощение». В каждой из них оценка возможна в пределах от 0 до 120 баллов. Однако сопоставление баллов, полученных для фаз, не правомерно, ибо не свидетельствует об их относительной роли или вкладе в синдром. Дело в том, что измеряемые в них явления существенно разные – реакция на внешние и внутренние факторы, приемы психологической защиты, состояние нервной системы. По количественным показателям правомерно судить только о том, насколько каждая фаза сформировалась, какая фаза сформировалась в большей или меньшей степени:

- 36 и менее баллов – фаза не сформировалась;
- 37-60 баллов – фаза в стадии формирования;
- 61 и более баллов – сформировавшаяся фаза.

Опираясь смысловым содержанием и количественными показателями, подсчитанными для разных фаз формирования синдрома «выгорания», можно дать достаточно объемную характеристику личности и, что не менее важно, наметить индивидуальные меры профилактики и психокоррекции. Освещаются следующие вопросы:

- какие симптомы доминируют;
- какими сложившимися и доминирующими симптомами сопровождается «истощение»;
- объяснимо ли «истощение» (если оно выявлено) факторами профессиональной деятельности, вошедшими в симптоматику «выгорания», или субъективными факторами;
- какой симптом (какие симптомы) более всего отягощают эмоциональное состояние личности;
- в каких направлениях надо влиять на производственную обстановку, чтобы снизить нервное напряжение.

Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е. П. Ильин)

Цель: выявление склонности субъекта к конфликтности и агрессивности как личностных характеристик.

Инструкция: Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением в карте опроса в соответствующем квадратике поставьте знак «+» («Да»), при несогласии – знак «-» («Нет»).

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
2. В спорах я всегда стараюсь захватить инициативу.
3. Мне чаще всего не воздают должное за мои дела.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не уступлю.
5. Я стараюсь делать все, чтобы избежать напряженности в отношениях.
6. Если по отношению ко мне поступают несправедливо, то я про себя накликаю обидчику всякие несчастья.
7. Я часто злюсь, когда мне возражают.
8. Я думаю, что за моей спиной обо мне говорят плохо.
9. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
10. Мнение, что нападение – лучшая защита, правильное.
11. Обстоятельства почти всегда благоприятнее складываются для других, чем для меня.
12. Если мне не нравится установленное правило, я стараюсь его не выполнять.
13. Я стараюсь найти такое решение спорного вопроса, которое удовлетворило бы всех.
14. Я считаю, что добро эффективнее мести.
15. Каждый человек имеет право на свое мнение.
16. Я верю в честность намерений большинства людей.
17. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
18. В споре я часто перебиваю собеседника, навязывая ему мою точку зрения.
19. Я часто обижаюсь на замечания других, даже если и понимаю, что они справедливы.
20. Если кто-то корчит из себя важную персону, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Я предлагаю, как правило, среднюю позицию.
22. Я считаю, что лозунг из мультфильма «Зуб за зуб, хвост за

- хвост» справедлив.
23. Если я все обдумал, то я не нуждаюсь в советах других.
 24. С людьми, которые со мной любезнее, чем я мог ожидать, я держусь настороженно.
 25. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на это внимания.
 26. Я считаю бестактным не давать высказаться в споре другой стороне.
 27. Меня обижает отсутствие внимания со стороны окружающих.
 28. Я не люблю поддаваться в игре даже с детьми.
 29. В споре я стараюсь найти то, что устроит обе стороны.
 30. Я уважаю людей, которые не помнят зла.
 31. Утверждение: «Ум - хорошо, а два - лучше» - справедливо.
 32. Утверждение: «Не обманешь - не проживешь» тоже справедливо.
 33. У меня никогда не бывает вспышек гнева.
 34. Я могу внимательно и до конца выслушать аргументы спорящего со мной.
 35. Я всегда обижаюсь, если среди награжденных за дело, в котором я участвовал, нет меня.
 36. Если в очереди кто-то пытается доказать, что он стоит впереди меня, я ему не уступаю.
 37. Я стараюсь избегать обострения отношений.
 38. Часто я воображаю те наказания, которые могли бы обрушиться на моих обидчиков.
 39. Я не считаю, что я глупее других, поэтому их мнение мне не указ.
 40. Я осуждаю недоверчивых людей.
 41. Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.
 42. Я всегда убежденно отстаиваю свою правоту.
 43. Я не обижаюсь на шутки друзей, даже если они злые.
 44. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение важного для всех вопроса.
 45. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
 46. Я верю, что за зло можно отплатить добром, и действую в соответствии с этим.
 47. Я часто обращаюсь к коллегам, чтобы узнать их мнение.
 48. Если меня хвалят, значит, этим людям от меня что-то нужно.

49. В конфликтной ситуации я хорошо владею собой.
50. Мои близкие часто обижаются на меня за то, что в разговоре с ними я им рта не даю раскрыть.
51. Меня не трогает, если при похвале за общую работу не упоминается мое имя.
52. Ведя переговоры со старшим по должности, я стараюсь ему не возражать.
53. В решении любой проблемы я предпочитаю золотую середину.
54. У меня отрицательное отношение к мстительным людям.
55. Я не думаю, что руководитель должен считаться с мнением подчиненных, ведь отвечать за все ему.
56. Я часто боюсь подвохов со стороны других людей.
57. Меня не возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.
58. Когда я разговариваю с кем-то, меня так и подмывает скорее изложить свое мнение.
59. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
60. Я всегда стараюсь выйти из вагона раньше других.
61. Вряд ли можно найти такое решение, которое бы всех удовлетворило.
62. Ни одно оскорбление не должно оставаться безнаказанным.
63. Я не люблю, когда другие лезут ко мне с советами.
64. Я подозреваю, что многие поддерживают со мной знакомство из корысти.
65. Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно упрекают.
66. При игре в шахматы или настольный теннис я больше люблю атаковать, чем защищаться.
67. У меня вызывают сожаление чрезмерно обидчивые люди.
68. Для меня не имеет большого значения, чья точка зрения в споре окажется правильной – моя или чужая.
69. Компромисс не всегда является лучшим разрешением спора.
70. Я не успокаиваюсь до тех пор, пока не отомщу обидчику.
71. Я считаю, что лучше посоветоваться с другими, чем принимать решение одному.
72. Я сомневаюсь в искренности слов большинства людей.
73. Обычно меня трудно вывести из себя.
74. Если я вижу недостатки у других, я не стесняюсь их

- критиковать.
75. Я не вижу ничего обидного в том, что мне говорят о моих недостатках.
76. Будь я на базаре продавцом, я не стал бы уступать в цене за свой товар.
77. Пойти на компромисс - значит показать свою слабость.
78. Справедливо ли мнение, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить и другую?
79. Я не чувствую себя ущемленным, если мнение другого оказывается более правильным.
80. Я никогда не подозреваю людей в нечестности.

Обработка: *Сосчитать сумму баллов по шкалам. По каждой шкале испытуемые могут набрать от 0 до 10 баллов. Сумма баллов по шкалам «наступательность (напористость)» и «неуступчивость» дает суммарный показатель позитивной агрессивности субъекта.*

Сумма баллов, набранная по шкалам «нетерпимость к мнению других» и «мстительность», дает показатель негативной агрессивности субъекта.

Сумма баллов по шкалам «бескомпромиссность», «вспыльчивость», «обидчивость», «подозрительность» дает обобщенный показатель конфликтности.

№	Шкала	Да	Нет
1	<i>Вспыльчивость</i>	<i>1, 9, 17, 65;</i>	<i>25, 33, 41, 49, 57, 73.</i>
2	<i>Напористость, наступательность</i>	<i>2, 10, 18, 42, 50, 58, 66, 74;</i>	<i>26, 34.</i>
3	<i>Обидчивость</i>	<i>3, 11, 19, 27, 35, 59;</i>	<i>43, 51, 67, 75.</i>
4	<i>Неуступчивость</i>	<i>4, 12, 20, 28, 36, 60, 76;</i>	<i>44, 52, 68.</i>
5	<i>Бескомпромиссность</i>	<i>5, 13, 21, 29, 37, 45, 53;</i>	<i>61, 69, 77</i>
6	<i>Мстительность</i>	<i>6, 22, 38, 62, 70;</i>	<i>14, 30, 46, 54, 78.</i>
7	<i>Нетерпимость к мнению других</i>	<i>7, 23, 39, 55, 63;</i>	<i>15, 31, 47, 71, 79.</i>
8	<i>Подозрительность</i>	<i>8, 24, 32, 48, 56, 64, 72;</i>	<i>16, 40, 80.</i>

Методика «Исследование уровня эмпатийных тенденций»

И. М. Юсупов

Цель: определение уровня выраженности эмоциональной эмпатии.

Инструкция: Для выявления уровня эмпатийных тенденций необходимо, отвечая на каждое из 36 утверждений, приписывать ответам следующие числа: если вы ответили

«не знаю» – 0,	«часто» – 3,
«нет, никогда» – 1,	«почти всегда» – 4,
«иногда» – 2,	«да, всегда» – 5.

Отвечать нужно на все пункты.

1. Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».
2. Взрослых детей раздражает забота родителей.
3. Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудачах других людей.
4. Среди всех музыкальных передач предпочитаю передачи о современной музыке.
5. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжают годами.
6. Больному человеку можно помочь даже словом.
7. Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя лицами.
8. Старые люди, как правило, обидчивы без причин.
9. Когда в детстве слушал грустную историю, на мои глаза сами по себе наворачивались слезы.
10. Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение.
11. Я равнодушен к критике в мой адрес.
12. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.
13. Я всегда прощал все родителям, даже если они были неправы.
14. Если лошадь плохо тянет, ее нужно хлестать.
15. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, словно это происходит со мной.
16. Родители относятся к своим детям справедливо.
17. Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.
18. Я не обращаю внимание на плохое настроение моих родителей.

19. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.
20. Фильмы и книги могут вызвать слезы только у несерьезных людей.
21. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.
22. В детстве я приводил домой кошек и собак.
23. Все люди необоснованно озлоблены.
24. Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.
25. В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.
26. При виде покалеченного животного я стараюсь ему чем-то помочь.
27. Человеку станет легче, если внимательно слушать его жалобы.
28. Увидев уличное происшествие, я стараюсь не попадать в число свидетелей.
29. Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.
30. Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своих хозяев.
31. Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.
32. Если ребенок плачет, на то есть свои причины.
33. Молодежь должна удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.
34. Мне хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники иногда были задумчивы.
35. Беспорядочных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.
36. Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные проблемы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.

Обработка.

«Шкала достоверности»:

Σ «не знаю» 3, 9, 11, 13, 28, 36 + Σ «да, всегда» 11, 13, 15, 27
Если сумма баллов превышает 5, то результаты не достоверны.

«Шкала развитости эмпатийных тенденций»:

Σ 2, 5, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 16, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 29, 32.

Интерпретация. Если вы набрали от **82 до 90** баллов – это очень высокий уровень эмпатийности. У вас болезненно развито сопереживание. В общении, как барометр, тонко реагируете на настроение собеседника, еще не успевшего сказать ни слова. Вам трудно от того, что окружающие используют вас в качестве громоотвода, обрушивая на вас эмоциональное состояние. Плохо чувствуете себя в присутствии «тяжелых» людей. Взрослые и дети охотно доверяют вам свои тайны и идут за советом. Нередко испытываете комплекс вины, опасаясь причинить людям хлопоты; не только словом, но даже взглядом боитесь задеть их. В то же время сами очень ранимы. Можете страдать при виде покаленного животного или не находить себе места от случайного холодного приветствия вашего шефа. Ваша впечатлительность порой долго не дает заснуть. Будучи в расстроенных чувствах, нуждаетесь в эмоциональной поддержке со стороны. При таком отношении к жизни вы близки к невротическим срывам. Побеспокойтесь о психическом здоровье.

От **63 до 81** балла – высокая эмпатийность. Вы чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое им прощать. С неподдельным интересом относитесь к людям. Вам нравятся «читать» их лица и «заглядывать» в их будущее, вы эмоционально отзывчивы, общительны, быстро устанавливаете контакты с окружающими и находите общий язык. Должно быть, и дети тянутся к вам. Окружающие ценят вашу душевность. Вы стараетесь не допускать конфликты и находить компромиссные решения. Хорошо переносите критику в свой адрес. В оценке событий больше доверяете своим чувствам и интуиции, чем аналитическим выводам. Предпочитаете работать с людьми, нежели в одиночку. Постоянно нуждаетесь в социальном одобрении своих действий. При всех перечисленных качествах вы не всегда аккуратны в точной и кропотливой работе. Не стоит особого труда вывести вас из равновесия.

От **37 до 62** баллов – нормальный уровень эмпатийности, присущий подавляющему большинству людей. Окружающие не могут назвать вас «толстокожим», но в то же время вы не относитесь к числу особо чувствительных лиц. В межличностных отношениях судить о других более склонны по их поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Вам не чужды эмоциональные проявления, но в большинстве своем они находятся под самоконтролем. В общении внимательны, стараетесь понять больше, чем сказано словами, но при из-

лишнем влиянии чувств собеседника теряете терпение. Предпочитаете деликатно не высказывать свою точку зрения, не будучи уверенным, что она будет принята. При чтении художественных произведений и просмотре фильмов чаще следите за действием, чем за переживаниями героев. Затрудняетесь прогнозировать развитие отношений между людьми, поэтому, случается, что их поступки оказываются для вас неожиданными. У вас нет раскованности чувств, и это мешает вашему полноценному восприятию людей.

12–36 баллов – низкий уровень эмпатийности. Вы испытываете затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуете себя в большой компании. Эмоциональные проявления в поступках окружающих подчас кажутся Вам непонятными и лишены смысла. Отдаете предпочтение уединенным занятиям конкретным делом, а не работе с людьми. Вы – сторонник точных формулировок и рациональных решений. Вероятно, у вас мало друзей, а из тех, кто есть, цените больше за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость. Люди платят вам тем же. Бывает, когда чувствуете свою отчужденность, окружающие не слишком жалуют вас вниманием. Но это поправимо, если вы раскроете панцирь и станете пристальнее всматриваться в поведение близких и принимать их проблемы как свои.

11 баллов и менее – очень низкий уровень. Эмпатийные тенденции личности не развиты. Затрудняетесь первым начать разговор, держитесь особняком среди сослуживцев. Особенно трудны контакты с детьми и лицами, которые намного старше вас. В межличностных отношениях нередко оказываетесь в неловком положении. Во многом не находите взаимопонимания с окружающими. Любите острые ощущения, спортивные состязания предпочитаете искусству. В деятельности слишком сконцентрированы на себе. Вы можете быть очень продуктивны в индивидуальной работе, во взаимодействии же с другими не всегда выглядите в лучшем свете. Болезненно переносите критику в свой адрес, хотя можете на нее бурно не реагировать. Необходима гимнастика чувств.

Методика диагностики волевых особенностей личности

(М. В. Чумаков)

Цель: определение волевых свойств личности

Инструкция: «Прочитайте предложенные Вам утверждения и поставьте на бланке рядом с номером каждого утверждения знак «+» ,

если вы согласны с утверждением, или «–», если Вы не согласны с данным утверждением.»

1. Если я присутствую на каком-либо собрании, то, как правило, выступаю.
2. Я немного завидую тем, кто не лезет за словом в карман.
3. Я редко обращаюсь к кому-либо за помощью.
4. Я плохо переношу боль.
5. Я скорее пессимист, чем оптимист.
6. Я могу быстро сосредоточиться, если нужно.
7. У меня нет четкой цели в жизни.
8. Я не могу про себя сказать, что я человек, легкий на подъем.
9. Мне стоило бы быть более решительным.
10. Даже короткое время мне трудно обходиться без близких мне людей.
11. Обычно у меня получается закончить дело, несмотря на трудности.
12. Я веду активный образ жизни.
13. Музыка, шум легко отвлекают меня.
14. Когда я приступаю к делу, я обдумываю все до мелочей.
15. Часто как-то само собой получается, что я оказываюсь в роли лидера.
16. Когда мне отказывают, мне трудно вновь повторить свою просьбу.
17. Я совершенно не могу сидеть без дела.
18. Я не очень собранный человек.
19. Я хорошо знаю, чего хочу.
20. Мне бывает трудно сделать первый шаг.
21. Я не люблю рисковать.
22. Я бы чувствовал(а) себя очень неуютно, если бы мне пришлось ехать одному (одной) в дальнюю поездку.
23. Если что-то не получается с первого раза, я вновь и вновь повторяю попытки.
24. У меня часто бывает упадок сил.
25. Мне нетрудно концентрировать внимание.
26. Меня не пугают отдаленные цели.
27. Я очень редко опаздываю на работу, учебу, встречи.
28. Когда я учился (училась) в школе, я часто вызывался (вызывалась) отвечать на уроке.

29. Я быстро принимаю решения.
30. Мне нравится научиться чему-либо без посторонней помощи.
31. Я не боюсь надоедать людям повторяющимися просьбами.
32. Отдых – это просто смена деятельности.
33. Я нечасто выступаю зачинщиком новых начинаний.
34. Я склонен (склонна) к сомнениям.
35. Мне трудно идти против мнения группы.
36. Я легко поддаюсь панике.
37. В случае неудачи у меня опускаются руки.
38. Я быстро восстанавливаю силы.
39. Я могу долго работать, не отвлекаясь.
40. Нельзя сказать, что я целеустремленный человек.
41. Я все время выдумываю что-то новое.
42. Я часто советуюсь с другими людьми.
43. Я не могу долго переносить напряженные физические нагрузки.
44. Я – мягкий человек.
45. Я бы не сказал(а), что я энергичный человек.
46. Действительно, я нередко бываю рассеянным (рассеянной).
47. Я знаю, кем я хочу быть в жизни, и стремлюсь к этому.
48. Нередко мне самому (самой) приходится показывать пример окружающим.
49. Мне хорошо знакомы мучительные колебания, когда нужно сделать выбор.
50. Я могу быть очень настырным (настырной).
51. Я часто чувствую сонливость днем.
52. Я умею ставить себе ясные и четкие цели.
53. Я старательно выполняю обязанности по работе, учебе.
54. Мне не хватает уверенности в себе.
55. Я терпеливо дозваниваюсь, если номер занят.
56. Неблагоприятные обстоятельства часто мешают мне закончить начатое.
57. Обычно я жизнерадостен (жизнерадостна) и полон (полна) сил.
58. Не могу долго удерживать внимание, если мне не интересно.
59. Как правило, я составляю план на неделю.
60. Я сам(а) проявляю инициативу при знакомстве.
61. Я могу иногда прогулять работу (учебу), если знаю, что мне это сойдет с рук.
62. Меня нельзя назвать инициативным человеком.

63. Я люблю все делать быстро.
64. Я могу долго, стиснув зубы, преодолевать неприятности.
65. Я могу долго работать, не уставая.
66. Если я берусь за дело, то погружаюсь в него целиком и полностью.
67. Я стараюсь расположить дела по степени важности и начинаю с тех, которые наиболее важны.
68. Я вспыльчивый человек.
69. Про меня можно сказать, что я немного ветреный (ветреная).
70. Я – внушаемый человек.
71. Я умею сдерживать гнев.
72. Я обязательный человек.
73. В целом меня можно назвать терпеливым человеком.
74. Я серьезно отношусь к домашним обязанностям.
75. Люблю решать все сам(а).
76. Я могу долго выполнять не интересное, но нужное дело.
77. У меня плохо получается скрывать от окружающих, что я расстроен(а).
78. Я упорно достигаю своих целей.

Обработка. Поскольку шкалы опросника образованы эмпирическим путем при помощи факторного анализа прилагательных, выделенных методом семантического сходства, в описании шкал приводятся примеры пунктов опросника и прилагательные, составляющие фактор (в скобках сначала приведены прилагательные, находящиеся на положительном полюсе шкалы, а справа от тире – на отрицательном полюсе)

1. Ответственность (ответственный, обязательный – безответственный, ненадежный, ветреный, безалаберный).
2. Инициативность (ведущий, деловой, сильный, инициативный, деятельный, влиятельный, дальновидный – пассивный, безынициативный, ленивый, бездеятельный).
3. Решительность (уверенный, решительный – нерешительный, неуверенный, колеблющийся, сомневающийся).
4. Самостоятельность (самостоятельный – зависимый, несамостоятельный, управляемый, повинующийся).
5. Выдержка (выдержанный, терпеливый, благоразумный, самоуправляемый – невыдержанный).
6. Настойчивость (твердый, боевой, стойкий, настойчивый – нена-

стойчивый, нестойкий, слабый).

7. Энергичность (активный, жизнедеятельный, энергичный, оптимистичный – бессильный, депрессивный).
8. Внимательность (внимательный, собранный, непоколебимый – невнимательный).
9. Целеустремленность (целеустремленный, упорный – нецелеустремленный).

Сосчитать сумму баллов по 9 шкалам методики. Каждое совпадение с ключом оценивается в один балл (в скобках приводятся вначале прямые вопросы, через точку с запятой – обратные).

Ключ

1. Ответственность (11, 14, 27, 53, 72, 74; 61, 69).
2. Инициативность (1, 15, 28, 41, 48, 60; 8, 20, 33, 62).
3. Решительность (29, 63; 2, 9, 21, 34, 49, 54).
4. Самостоятельность (3, 30, 75; 10, 22, 35, 42, 70).
5. Выдержка (55, 64, 71, 73, 76; 4,36,43, 68, 77).
6. Настойчивость (23, 31, 50; 16, 37, 44, 56).
7. Энергичность (12, 17, 32, 38, 57, 65; 5, 24, 45, 51).
8. Внимательность (6, 25, 39, 66; 13, 18, 46, 58).
9. Целеустремленность (19, 26, 47, 52, 59, 67,78; 7, 40).

Общий балл

Прямые вопросы: 1, 3, 6, 11, 12,14,15, 17, 19 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 38, 39, 41, 47, 48, 50, 52, 53, 55, 57, 59,60, 63, 64, 65, 66, 67, 71, 72, 73, 74, 75, 76.

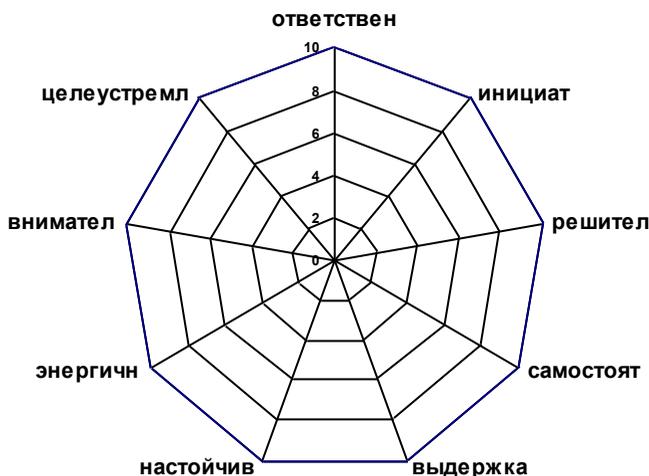
Обратные вопросы: 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 13, 16 18, 20, 21, 22, 24, 33, 34, 35, 36, 37, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 49, 51, 54, 56, 58, 61, 62, 68, 69, 70, 77.

Таблица перевода сырых значений в шкалы

Шкалы	стены									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8
2	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8
4	0	0	1	2	3	4	5	6	7	8
5	0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

6	0	0	1	1	2	3	4	5	6	7
7	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	0	0-1	1-2	2	3	4	5	6	7	8
9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Личностный профиль



Шкала дифференциальных эмоций К. Изард (адаптирована А. Леоновой)

Цель: определение выраженности базовых эмоций (положительных, острых негативных, тревожно-депрессивных).

Инструкция: перед Вам список прилагательных, которые характеризуют различных оттенки разных эмоциональных переживаний человека. Справа от каждого прилагательного расположен ряд цифр – от 1 до 5, – соответствующих по нарастанию различной степени выраженности данного переживания. Необходимо оценить, насколько каждое из перечисленных переживаний присуще вам в данный момент времени, зачеркнув соответствующую цифру. Не задумывайтесь долго над выбором ответа: наиболее точным обычно оказывается ваше первое ощущений.

Ваши возможные оценки:

1 – «переживание полностью отсутствует»;

2 – «переживание выражено незначительно»;

3 – «переживание выражено умеренно»;

4 – «переживание выражено сильно»;

5 – «переживание выражено в максимальной степени».

I	1	Внимательный	1 2 3 4 5
	2	Сконцентрированный	1 2 3 4 5
	3	Собранный	1 2 3 4 5
II	1	Наслаждающийся	1 2 3 4 5
	2	Счастливый	1 2 3 4 5
	3	Радостный	1 2 3 4 5
III	1	Удивленный	1 2 3 4 5
	2	Изумленный	1 2 3 4 5
	3	Пораженный	1 2 3 4 5
IV	1	Унылый	1 2 3 4 5
	2	Печальный	1 2 3 4 5
	3	Сломленный	1 2 3 4 5
V	1	Взбешенный	1 2 3 4 5
	2	Гневный	1 2 3 4 5
	3	Яростный	1 2 3 4 5
VI	1	Чувствующий неприязнь	1 2 3 4 5
	2	Чувствующий отвращение	1 2 3 4 5
	3	Чувствующий омерзение	1 2 3 4 5
VII	1	Презрительный	1 2 3 4 5
	2	Пренебрежительный	1 2 3 4 5
	3	Надменный	1 2 3 4 5
VIII	1	Напуганный	1 2 3 4 5
	2	Боязливый	1 2 3 4 5
	3	Паникующий	1 2 3 4 5
IX	1	Застенчивый	1 2 3 4 5
	2	Робкий	1 2 3 4 5
	3	Стыдливый	1 2 3 4 5
X	1	Сожаляющий	1 2 3 4 5
	2	Виноватый	1 2 3 4 5
	3	Раскаивающийся	1 2 3 4 5

Обработка.

Индекс положительных эмоций характеризует степень позитивного эмоционального отношения субъекта к наличествующей ситуации:

ПЭМ = I + II + III (интерес + радость + удивление).

Индекс острых негативных эмоций отражает общий уровень негативного эмоционального отношения субъекта к наличествующей ситуации: НЭМ = IV + V + VI + VII (горе + гнев + отвращение + презрение)

Индекс тревожно-депрессивных эмоций отражает уровень относительно устойчивых индивидуальных переживаний тревожно-депрессивного комплекса эмоций, опосредующих субъективное отношение к наличествующей ситуации: ТДЭМ = VIII + IX + X (страх + стыд + вина).

Для интерпретации данных по обобщенным показателям «Шкалы дифференциальных эмоций» используются следующие градации по каждому из названных индексов:

ПЭМ	НЭМ	ТДЭМ
≤ 19 баллов	≤ 14 баллов	≤ 11 баллов
От 20 до 28 баллов	От 15 до 24 баллов	От 12 до 20 баллов
От 29 до 36 баллов	От 25 до 32 баллов	От 21 до 30 баллов
> 36 баллов	> 32 баллов	> 30 баллов

Методика диагностики эмоционального интеллекта Н. Холла

Цель: выявление способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений.

Инструкция к тесту: Ниже вам будут предложены высказывания, которые так или иначе отражают различные стороны вашей жизни. Пожалуйста, напишите цифру справа от каждого утверждения, исходя из оценки ваших ответов:

- Полностью не согласен (-3 балла).
- В основном не согласен (-2 балла).
- Отчасти не согласен (-1 балл).
- Отчасти согласен (+1 балл).
- В основном согласен (+2 балла).
- Полностью согласен (+3 балла).

1. Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания о том, как поступать в жизни.
2. Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить в своей жизни.
3. Я спокоен, когда испытываю давление со стороны.
4. Я способен наблюдать изменение своих чувств.
5. Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни.
6. Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие, как веселье, радость, внутренний подъем и юмор.
7. Я слежу за тем, как я себя чувствую.
8. После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами.
9. Я способен выслушивать проблемы других людей.
10. Я не зацикливаюсь на отрицательных эмоциях.
11. Я чувствителен к эмоциональным потребностям других.
12. Я могу действовать на других людей успокаивающе.
13. Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия.
14. Я стараюсь подходить к жизненным проблемам творчески.
15. Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей.
16. Я могу легко входить в состояние спокойствия, готовности и сосредоточенности.
17. Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным чувствам и разбираюсь, в чем проблема.
18. Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения.
19. Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы».
20. Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто.
21. Я могу хорошо распознавать эмоции по выражению лица.
22. Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать.
23. Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются.

24. Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей.
25. Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью.
26. Я способен улучшить настроение других людей.
27. Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми.
28. Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей.
29. Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей.
30. Я могу легко отключиться от переживания неприятностей.

Обработка

Эмоциональная осведомленность	1, 2, 4, 17, 19, 25
Управление своими эмоциями	3, 7, 8, 10, 18, 30
Самотивация	5, 6, 13, 14, 16, 22
Эмпатия	9, 11, 20, 21, 23, 28
Распознавание эмоций других людей	12, 15, 24, 26, 27, 29

Уровни парциального эмоционального интеллекта в соответствии со знаком результатов:

- 14 и более – высокий;
- 8-13 – средний;
- 7 и менее – низкий.

Интегративный уровень эмоционального интеллекта с учетом доминирующего знака определяется по следующим количественным показателям:

- 70 и более – высокий;
- 40-69 – средний;
- 39 и менее – низкий.

Опросник эмоциональной направленности Б. И. Додонова

Цель: определение тенденции к переживанию эмоций.

Инструкция: Анкета предназначена для установления таких различий, которые нельзя определить в терминах «лучше-хуже». Поэтому любой ответ будет характеризовать вас одинаково хорошо, если вы ответите серьезно и искренне. Вам нужно постараться точно вы-

полнить инструкцию. Выполните в указанном порядке следующие задания.

(1) Внимательно прочитайте нижеприведенный перечень приятных переживаний и запишите номер того из них, которое вы больше всего любите испытывать. Если совершенно уверены в правильности своего ответа, заключите выписанный номер в кружок.

(2) Остальные номера расположите вправо по строчке в порядке предпочтения, которое вы отдаете одной эмоции перед другой.

(3) Отделите вертикальной чертой номера тех эмоций, которые вы явно предпочитаете другим.

Например: 2, 8, 3, 5, 1, 6, 2, 4, 7, 10 (если не уверены, что на первое место поставили действительно самое желанное для вас переживание, заключать номер в кружок не надо).

Перечень переживаний

1. Чувство необычайного, таинственного, неизведанного, появляющегося в незнакомой обстановке, местности.
2. Радостное волнение, нетерпение при приобретении новых вещей, предметов коллекционирования, удовольствие от мысли, что скоро их станет еще больше.
3. Радостное возбуждение, подъем, увлеченность, когда работа идет хорошо, когда видишь, что добиваешься успешных результатов.
4. Удовлетворение, гордость, подъем духа, когда можешь доказать свою ценность как личности или превосходства над соперниками, когда тобой искренне восхищаются.
5. Веселье, беззаботность, хорошее физическое самочувствие, наслаждение вкусной едой, отдыхом, непринужденной обстановкой, безопасностью и безмятежностью жизни.
6. Чувство радости и удовлетворения, когда удается сделать что-либо хорошее для дорогих тебе людей.
7. Горячий интерес, наслаждение при познании нового, при знакомстве с поразительными научными фактами. Радость и глубокое удовлетворение при постижении сути явлений, подтверждении ваших догадок и предположений.
8. Боевое возбуждение, чувство риска, упоение им, азарт, острые ощущения в минуту борьбы, опасности.

9. Радость, хорошее настроение, симпатия, признательность, когда общаешься с людьми, которых уважаешь и любишь, когда видишь дружбу и взаимопонимание, когда сам получаешь помощь и одобрение со стороны других людей.
10. Своеобразное сладкое и красивое чувство, возникающее при восприятии природы или музыки, стихов и других произведений искусства.

Обработка. Переживанию, поставленному на первое место присваивается оценка в 10 баллов, далее по убывающей – 9, 8, 7 и т. д.

Ключ к тесту

Альтруистические	6	Романтические	1
Коммуникативные	9	Акзигитивные	2
Глорические	4	Гедонистические	5
Практические	3	Гностические	7
Пугнические	8	Эстетические	10

Для классификации эмоций Б. И. Додонов выбирает полуэмпирический, по его выражению, путь, при котором он шел не от потребностей к эмоциям, а от предварительно собранного огромного сырого материала о «ценных» переживаниях к «просвечивающим» через них корресподентным потребностям, положенным, в конце концов, в основание классификации. В этой классификации используются толь те «речевые модели», которые обязательно передают специфический компонент эмоции, ее окрашенность в «цвет» определенной потребности.

Б. И. Додонов выделяет 10 видов эмоций:

1. *Альтруистические эмоции* возникают на основе потребности в содействии, помощи, покровительстве другим.
2. *Коммуникативные эмоции* возникают на основе потребности в общении
3. *Глорические эмоции* связаны с потребностью в самоутверждении, в славе.
4. *Практические эмоции* вызываються деятельностью, ее успешностью или неуспешностью.
5. *Пугнические эмоции* происходят от потребности в преодолении опасности, на основе которой позднее возникает интерес к борьбе.
6. *Романтические эмоции* возникают на основе стремления ко всему необычайному, необыкновенному, таинственному.

7. *Акзизитивные эмоции* возникают в связи с интересом к накоплению, «коллекционированию» вещей, выходящему за пределы практической нужды в них.
8. *Гедонистические эмоции* связаны с удовлетворением потребности в телесном и душевном комфорте.
9. *Гностические эмоции* описываются часто под рубрикой интеллектуальных чувств. Их связывают с потребностью в получении любой новой информации и с потребностью в «когнитивной гармонии».
10. *Эстетические эмоции* являются отражением потребности человека быть в гармонии с окружающим.

Глава 3

Психологическое измерение потребностно- мотивационной сферы личности

доминирующие мотивы,
мотивационная структура,
мотивы одобрения, до-
стижения, аффилиации,
учебная мотивация, про-
фессиональная мотивация,
установки, склонности

Измерение потребностно-мотивационной сферы личности

Сергей Леонидович Рубинштейн считал, что специфическая особенность человеческой деятельности заключается в том, что она сознательна и целенаправленна, отражает реализацию целей, замыслов и идей. При этом в деятельности человека выделяют функционально взаимосвязанные стороны: побудительную и регулятивную. Если регулятивная сторона обеспечивает гибкость и устойчивость поведения в различных условиях, то побудительная сторона – активность и направленность поведения. С последней чаще всего связывают потребностно-мотивационную сферу личности.

Мотивация, как система побуждений, вызывающих активность индивида, определяющих направленность и характер его поведения и деятельности, не только детерминирует деятельность человека, но и буквально пронизывает все сферы психической жизни. Она является одним из основных понятий, объясняющих движущие силы повеления человека. Потребностно-мотивационная сфера личности включают такие образования, как нужды, потребности, мотивы, направленность мотивационные явления (намерения, цели, интересы, стремления, состояние мотивационного потока, мотивационные черты и др.).

Остановимся более подробно на индикаторах потребностно-мотивационной сферы. **Потребность** – это объективная необходимость субъекта (организма) в чем-то внешнем, обладающим предметным содержанием; это состояние нужды в чем-либо. Потребность, как и любое состояние личности, всегда связана с наличием у человека чувства удовлетворенности или неудовлетворенности. В потребностях человека выражаются характер и степень его зависимости от конкретных условий существования. Потребность активизирует организм, стимулирует его поведение, направленное на поиск того, что требуется. Наличие потребности составляет необходимую предпосылку любой деятельности, однако потребность сама по себе еще не способна придать деятельности определенную направленность. То, что является единственным побудителем направленной деятельности, есть не сама по себе потребность, а предмет, отвечающий данной потребности.

Б. Ф. Ломов определяет *потребность как объективную необходимость.*

В. А. Василенко понимает *потребность как заложенную в нас природой и обществом программу жизнедеятельности.*

Согласно А. Н. Леонтьеву, *предмет потребности – материальный или идеальный, чувственно воспринимаемый или данный только в представлении, в мысленном плане – мы называем мотивом деятельности*. Мотивы несут в себе действительную содержательную характеристику потребностей. О потребностях ничего нельзя сказать иначе, как на языке мотивов.

По мнению Д. А. Леонтьева *потребность есть объективное отношение между субъектом и миром*.

М. С. Каган пишет, что потребность – это отражение объективного отношения между тем, что необходимо субъекту для его оптимального функционирования, и тем, в какой мере он этим реально обладает; *это отражение отношения между необходимым и наличествующим*.

Ш. Н. Чхартишвили дифференцирует понятия потребность и идея потребности. *Потребность, по его мнению, это динамическое состояние данного момента конкретной личности, реальный процесс ее жизни*. Идея же потребности – это знание, отражающее потребность вообще, вне указания на какого-либо конкретного индивида.

Е. П. Ильин, анализируя взгляды А. Пьерона, Е. Клапареда на природу потребностей предполагает, что *потребность – это отражение в сознании нужды (нужности, желанности чего-то в данный момент), часто переживаемое как внутреннее напряжение (потребностное состояние) и побуждающее психическую активность, связанную с целеполаганием*.

Основные характеристики потребностей:

- *сила* (степенью потребностного напряжения),
- *модальность* (в чем именно возникает нужда)
- *периодичность возникновения* (частота повторения возникновения потребности),
- *остротой переживания* (интенсивность переживания неудовлетворенности потребности);
- *предметное содержание потребности* (т. е. совокупность тех объектов, с помощью которых данная потребность может быть удовлетворена).

Мотивация как ведущий фактор регуляции активности личности, ее поведения и деятельности представляет исключительный интерес для психологов, педагогов, менеджеров и т. д. Мотивации и мотивам посвящено большое количество монографий как отечественных

(В. Г. Асеев, В. К. Вилюнас, Е. П. Ильин, В. И. Ковалев, А. Н. Леонтьев, М. Ш. Магомед-Эминов, В. С. Мерлин, П. В. Симонов, Д. Н. Узнадзе, А. А. Файзуллаев, П. М. Якобсон), так и зарубежных авторов (Дж. Аткинсон, Г. Холл, К. Мадсен, А. Маслоу, Х. Хекхаузен и др.)

Приступая к изучению мотивационной сферы личности, чаще всего используют такие понятия как «мотив», «мотивация» и «мотивационная сфера». Однако исходное понятие «мотив» представляет научную проблему. Например, немецкий психолог Х. Хекхаузен определяет мотив как конструктор мышления. Согласно К. К. Платонову, мотив – это явление, становящееся побуждением к действию. У А. А. Реана можно найти следующее определение мотива внутреннее «побуждение личности к тому или иному виду активности (деятельность, общение, поведение) связанной с удовлетворением определенной потребности».

Вслед за автором монографического исследования «Мотивация и мотивы» Е. П. Ильиным, под *мотивом* мы будем понимать сложное психологическое образование, побуждающее к сознательным действиям и поступкам и служащее для них обоснованием. В качестве мотива мотивов могут выступать и идеалы, интересы личности, убеждения, социальные установки, ценности, но при этом мы предполагаем (вслед за А. Н. Леонтьевым), что за всеми этими причинами стоит *потребность*.

По отношению к категории мотивация существует две трактовки.

1) процесс образования, формирования мотивов, характеристика процесса;

2) совокупность побуждений, вызывающих определяющую активность индивида, то есть система факторов, детерминирующих поведение.

Исходя из современных психологических представлений (В. К. Вилюнас, В. И. Ковалев, Е. С. Кузьмин, Б. Ф. Ломов, К. К. Платонов и др.) мы будем изучать *мотивацию* как процесс формирования мотива, а *мотивационную сферу личности* как совокупность стойких мотивов, имеющих определенную иерархию и выражающих направленность личности. Понимая под мотивационной сферой – совокупность мотивов, как предметов потребностей, можно увидеть, что данная сфера структурно оформлена.

Мотивы формируются в процессе индивидуального развития как относительно устойчивые оценочные отношения человека к окружающей среде. В содержании мотива можно выделить как *специфи-*

ческое, индивидуально-неповторимое, определяемое конкретной ситуацией, так и *относительно устойчивое* содержание. Такое устойчивое предметное содержание характеризует уже не столько сам предмет потребности, сколько личность, которая испытывает эту потребность. Так, по мнению С. Л. Рубинштейна, под свойствами характера понимается обобщенное содержание мотива.

У каждого конкретного человека иерархия мотивов уникальна. В определенный момент поведение мотивируется доминирующим мотивом, наиболее взаимосвязанным с возможностью достижения цели (*действенный мотив*). Мотив остается действенным до тех пор, пока либо не достигнута цель, либо изменившиеся условия не сделают другой мотив более доминирующим. От мотивации в целом (но не только) зависит, *как и в каком направлении* будут использованы функциональные ресурсы и способности, а также интересы и устремления.

Таким образом, до настоящего времени не достигнута теоретическая однозначность взглядов на явление мотивации, термином «мотивация» объясняется широкий круг неоднозначно интерпретируемых явлений (таких как нужда, потребность, мотив, побуждение и др.).

В настоящее время остро встает вопрос о необходимости более глубокого изучения потребностно-мотивационной сферы личности. В связи со всем выше сказанным, выбирая ту или иную диагностическую процедуру, направленную на исследование (или обследование) мотивационно-потребностной сферы необходимо четко понимать концептуальные основы, на которые опирается автор методики.

Мотивы и потребности нельзя непосредственно наблюдать или измерять. Об их существовании и особенностях можно судить лишь по поведению людей. Вместе с тем, учитывая, что мотивы и мотивационные процессы пронизывают все сферы деятельности личности, существует множество разнообразных операциональных индикаторов, лежащих в основе оценки мотивации. Перечислим важнейшие из них (А. А. Бодалев, В. В. Столин):

1. Непосредственная оценка представлений человека о причинах или особенностях поведения, об интересах и т. д. (т. н. когнитивная репрезентация).

2. Искажение объекта перцепции (восприятия) под воздействием мотивационных тенденций.

3. Повышенная восприимчивость к объекту актуальной мотивации (сензитивизация, принцип резонанса).

4. Воздействие мотивационных тенденций на когнитивные оценки и тем самым на структурирование, классификацию и организацию определенного стимульного материала.

5. Выявление зоны целей, соответствующих мотиву.

6. Валентность объекта (производится путем выявления системы побудительных ценностей, соответствующих мотивам).

7. Проявления мотивов в продуктах воображения и фантазии (например, при использовании проективных методик).

8. Избирательность внимания к аспектам ситуации, соответствующим мотивам.

9. Интенсивность эффекта Зейгарника (через оценку характера навязчиво повторяющихся (персеверирующих) нереализованных действий, намерений можно косвенно судить о лежащих в их основе мотивах).

10. Настойчивость при столкновении с преградой (величина усилий, которые проявляет человек для преодоления преграды, может характеризовать силу мотивационной тенденции, определяющую его действия).

11. Совокупность внутренних или внешних преград, соответствующих (релевантных) мотивам.

12. Время принятия решения в ситуации мотивационного конфликта при выборе среди альтернатив (приближение – приближение, избегание – избегание).

13. Другие временные параметры:

а) количество времени, посвящаемое определенной активности (реальное распределение времени);

б) количество времени, желаемое для определенной активности (желаемое распределение времени);

в) количество времени, затрачиваемое на обсуждение, разговоры и т.п. по темам, релевантным актуальной мотивации.

14. Характер свободного выбора активности в экспериментальной ситуации.

15. Эффективность выполнения деятельности (при прочих равных условиях в определенных пределах более сильной мотивационной тенденции соответствует больший уровень эффективности деятельности или поведения).

16. Выбор в экспериментально созданной ситуации конфликта между разными мотивационными тенденциями.

17. Характер содержания личностного смысла различных характеристик поведения, деятельности, ситуации и т. д.

18. Характер типичных защитных механизмов, связанных с мотивами, потребностями (мотивационные тенденции, реализация которых блокирована внешними или внутренними преградами, проявляются в защитной мотивации).

19. Характер свободных ассоциаций (причинная обусловленность содержания и количества ассоциаций актуальной мотивационной тенденции).

20. Содержание тактик каузальной атрибуции, релевантных определенным мотивам (мотивам могут соответствовать типичные тактики приписывания (атрибуции) причин, которые организуются в определенные атрибутивные стили).

21. Характер наблюдения за поведением других: а) в смоделированной ситуации; б) в естественной обстановке.

22. Содержание самонаблюдения за своим поведением.

23. Характер динамики поведения конкретного человека в течение длительного периода (монографический метод).

24. Особенности формирования и трансформации мотивов в экспериментальных условиях.

25. Характер продуктов деятельности.

26. Содержание и интенсивность эмоциональных реакций, детерминированных актуальной мотивацией.

Многозначность мотивационных проявлений определила и многообразие психодиагностических методик, направленных на изучение потребностно-мотивационной сферы. Полная и объективная оценка мотивации человека требует привлечения различных типов данных, что предполагает применение разнообразных методических средств. Основными среди них являются следующие: анкеты, личностные мотивационные опросники (Q-данные), экспертные оценки (L-данные), проективные тесты и репертуарные методики (Т-данные). Рассмотрим каждый из них более подробно.

Анкеты с прямыми вопросами типа: «Почему Вы сделали именно это?», «Ради чего Вы поступили подобным образом?» и т. п. В анкетах также может содержаться предлагаемый авторами перечень потребностей, мотивов, интересов, ценностей, из которых обследуемый должен сделать выбор тех, которые в наибольшей степени соответствуют его потребностям, мотивам, интересам.

Экспериментальным вариантом выявления мотивов может также служить моделируемая в тексте анкеты ситуация, предполагающая выбор человеком того или иного варианта действий, отношений к различным явлениям, поступкам других людей. Предполагается, что, выбирая из нескольких альтернатив, человек всегда делает выбор в пользу удовлетворения наиболее актуальной для него в данный момент потребности.

Экспертные оценки на основе перечисленных индикаторов потребностно-мотивационных тенденций или опросников (L-данные).

Личностные опросники, позволяющие реконструировать потребности и мотивы обследуемого по данным самооценок поведения (Q-данные), которые напрямую не соответствуют мотивам, но эмпирически с ними связаны.

Опросники мотивов – это подгруппа личностных опросников, ориентированных на диагностику потребностно-мотивационной сферы личности, позволяющих определить, на что направлена активность индивида. В таких опросниках мотивы рассматриваются как причины выбора направленности поведения. Для измерения мотивов в личностных опросниках, испытуемым предлагают «отвечать» на вербальные стимулы (слова), в качестве которых выступают утверждения, касающиеся некоторых поведенческих характеристик, прямо не соответствующих мотивам, но эмпирически с ними связанных. Основная проблема измерения мотивации с помощью опросников связана со **снижением правильности ответов испытуемого из-за действия фактора социальной желательности или защитной мотивации**. Поэтому существуют диагностические опросники нацеленные на измерение социальной желательности (Например, Д. Кроун, М. Марлоу «Шкала социальной желательности»).

Следует обратить внимание на несколько наиболее популярных опросников мотивов:

1. «Список личностных предпочтений» А. Эдвардса (EPPS) измеряет силу потребностей по классификации Г. Мюррея. К непосредственным потребностям Г. Мюррей относил потребности в достижении, уважении, порядке, проявлении себя, автономии, содействии, внутреннем анализе, помощи, лидерстве, унижении, заботе, изменении, терпении, индивиде другого пола, агрессивности. Каждой из 15 потребностей соответствует своя шкала. Индикаторы потребностей сформулированы в виде утверждений (всего 210 пар утверждений). Испытуемый последовательно осуществляет выбор из представлен-

ных ему пар потребностей в пользу более предпочитаемой. Сила каждой потребности по отношению к силе других потребностей индивида – в виде итогового индекса.

2. *Методика «Потребность в общении» Ю. М. Орлова (1978)* измеряет непосредственные потребности, связанные с активностью в области общения. Структура опросника предполагает 33 утверждения по отношению, к которым испытуемый должен выразить свое согласие или несогласие с утверждением. Для количественной обработки существует «ключ», а интерпретация осуществляется на основе анализа групповых данных. Выявляются члены коллектива с высоко развитой потребностью в общении и низко выраженной потребностью в общении.

3. *Методика «Оценка потребности в одобрении» или «Шкала социальной желательности» Д. Крауна и Д. Марлоу (1960–64 года)* измеряет выраженность социальной желательности, а также может использоваться в качестве шкалы лжи. Структура опросника включает 20 утверждений, по отношению к которым испытуемый должен выразить свое согласие или несогласие. Количественная обработка предполагает соотнесение с ключом и критериальную ориентацию: высокий показатель отражает привычный стиль реагирования, а также особенности ожиданий субъекта в ситуации оценки со стороны других. Низкий суммарный показатель свидетельствует о том, что собственные убеждения субъекту дороже, а также о его независимости от группы. Он конфликтен и не податлив социальному влиянию, не стремится походить на образец.

4. *«Диагностика потребности в поисках ощущений» М. Цукермана*, измеряет в том числе склонность к рискованному поведению. Структура опросника предполагает 16 пар утверждений. Испытуемый должен выбрать одно утверждение из пары. Количественная обработка предполагает соотнесение с ключом и критериальную ориентацию: высокий уровень – наличие влечения, возможно бесконтрольного, к новым «щекочущим нервы» впечатлениям, что часто может провоцировать субъекта на участие в рискованных мероприятиях и авантюрах. Средний уровень – умение контролировать эту потребность, умеренность в ее удовлетворении, одновременно и открытость новому опыту, и сдержанность рассудительность в определенные моменты жизни. Низкий уровень – присутствие предусмотрительности и осторожности в ущерб получению новых впечатлений и информации.

5. *Опросник для измерения аффилиативной тенденции и чувствительности к отвержению А. Мехрабиана* оценивает две обобщенные мотивационные тенденции, входящие в структуру мотивации аффилиации: стремление к принятию и страх перед отвержением (чувствительность к отвержению). Названным тенденциям соответствуют две шкалы: «стремление к принятию» (СП) и «страх отвержения» (СО). Первая шкала содержит 26 пунктов, вторая – 24 пункта. Шкалы оценивают, по мнению автора, в первом случае общие позитивные ожидания человека при установлении межличностного контакта, а во втором – негативные ожидания. По соотношению СП и СО психолог делает заключение о мотивационных тенденциях мотивации аффилиации.

6. *Опросник для измерения результирующей мотивации достижения (RAM) А. Мехрабиана (1969)* построен на теории мотивации достижений Дж. Аткинсона. Тест диагностирует результирующую тенденцию мотивации достижения, которая операционально представлена разностью $M_s - M_{af}$, где: M_s – интенсивность мотивации стремления к успеху; M_{af} – интенсивность мотивации избегания неудачи. В методике используется асимметричная семибалльная шкала (интервальная шкала) – от «+3 – полностью согласен» до «-3 – полностью не согласен». Имеются две формы теста: мужская (форма А) и женская (форма Б).

В отечественной психологии мотивация достижения, а также тесно связанная с ней тема уровня притязаний исследовалась такими специалистами, как М. Ш. Магомед-Эминов, Т. В. Корнилова, И. М. Палей и многими другими. Первые обращения к проблеме измерения мотивации достижения возникли также в рамках исследований уровня притязаний, проводимых в середине 70-х годов. Это исследования Р. С. Вайсмана (1973), Р. С. Немова (1973), А. Б. Орлова (1974), В. И. Степанского (1981) и др.).

7. *«Опросник потребности в достижении» (ПД) Ю. М. Орлова (1978)* предназначен для измерения выраженности потребности в достижении. Потребность в достижении – это тенденция к улучшению результатов, переживанию успеха/неудачи в деятельности, неудовлетворенности достигнутым, настойчивости в достижении своих целей, уверенности в себе.

Проективные тесты и репертуарные методики, которые основаны на принципе психологической проекции (Т-данные). Проективные методики диагностики потребностей и мотивов – это подгруп-

па проективных методик, ориентированных на диагностику мотивационно-потребностной сферы личности и позволяющих определить, на что направлена активность индивида. В таких методиках потребности и мотивы рассматриваются как *причины выбора направленности поведения*. В их основе лежит принцип психологической проекции и анализ продуктов воображения и фантазии. Наиболее эффективно такие методики используются для диагностики глубинных мотивационно-потребностных образований. Примеры методик, тест тематической апперцепции Г. Мюррея (ТАТ), тест фрустрации С. Розенцвейга, тест Л. Сонди, тест цветовых выборов М. Люшера и т. д.

Репертуарные методики диагностики потребностей и мотивов – это подгруппа репертуарных методик, ориентированных на диагностику потребностно-мотивационной сферы личности и позволяющих определить, на что направлена активность индивида. В таких методиках в качестве объектов могут быть люди, у которых доминируют различные потребности и мотивы, перечисленные здесь, а в качестве критериев – порождаемые конструкты или выбираемые из данного списка личностные качества, соответствующие исследуемым потребностям и мотивам.

Значение обобщенного показателя, характеризующего доминирование той или иной мотивационно-потребностной тенденции, может определяться минимальным расстоянием от начала координат в трехмерном пространстве с изменениями (в первом приближении ортогональными):

1. «Признаки» (значение равно сумме рангов признаков, соответствующих определенному мотиву).
2. «Объекты» (значение равно сумме рангов объектов, соответствующих определенному мотиву).
3. «Идентификации» (значение равно сумме рангов объектов идентификаций, соответствующих определенному мотиву).

В данное пособие включены наиболее известные мотивационные опросники.

План семинарского занятия по теме
«Диагностика потребностно-мотивационной сферы личности»

Вопросы для обсуждения на семинарском занятии:

1. Специфика измерения потребностно-мотивационной сферы
2. Особенности измерения потребностей.
3. Основные операциональные индикаторы проявления потребностно-мотивационной сферы.
4. Методы измерения мотивов и мотивационных тенденций.
5. Возможности измерения потребностей, мотивов в проективных методиках.

Темы рефератов:

«Возможности измерения мотивов и потребностей в тематическом тесте апперцепции, тесте Роршаха»

«Репертуарные решетки Келли в диагностике потребностей и мотивов»

«Мотивационные опросники»

«Правила составления анкеты для оценки мотивов и потребностей»

«Шкала социальной желательности и ее модификации»

«Мотивационные образования личности и возможности их количественной оценки»

«Мотивы и потребности личности как предмет психологической оценки»

Контрольные вопросы по теме:

1. *Что такое «мотивация», «потребность»? Какие виды мотивов существуют?*

2. *Назовите основные характеристики потребностей.*

3. *Что такое «иерархия мотивов»? Как определить ведущие мотивы личности?*

4. *Назовите и раскройте операциональные индикаторы оценки мотивов.*

5. *Какие методы существуют для оценки Q-данных в области потребностно-мотивационной сферы? Опишите группу методов.*

6. *Какие методы существуют для оценки L-данных в области потребностно-мотивационной сферы?*

7. *Какие методы существуют для оценки T-данных в области потребностно-мотивационной сферы? В чем состоит специфичной данной группы методов?*

8. В каких методиках и для чего используется метод моделирования ситуации?

9. В чем состоит основная проблема измерения мотивации с помощью опросников?

10. Раскройте методологические основы методики «Список личностных предпочтений» А. Эдвардса (EPPS)?

11. В каких целях используется Шкала социальной желательности? Назовите ее модификации.

12. Обозначьте область применения методики «Диагностика потребности в поисках ощущений» М. Цукермана?

13. Раскройте методологические основы опросника для измерения аффилиативной тенденции и чувствительности к отвержению А. Мехрабиана.

14. Раскройте методологические основы опросника для измерения результирующей мотивации достижения (RAM) А. Мехрабиана.

15. Назовите группу методик направленную на изучение глубинных мотивационно-потребностных образований. В рамках какого подхода создана данная группа методик?

16. Раскройте основную технологию оценки мотивов и потребностей в репертуарных решетках Келли.

17. Почему анкеты для определения потребностей и мотивов считаются недостаточно надежными?

18. При помощи каких методов можно оценить мотивационные тенденции, реализация которых блокирована внешними или внутренними преградами, проявляются в защитной мотивации?

19. Как обнаружить искажение объекта перцепции (восприятия) под воздействием мотивационных тенденций?

20. В чем состоят основные сложности измерения мотивов и потребностей?

Практическое задание

Заполнить таблицу «Перечень психодиагностического инструментария по оценке потребностно-мотивационной сферы личности»

№	Измеряемое мотивационное явление	Оцениваемый показатель	Название методики	Тип методики и стимульный материал
---	----------------------------------	------------------------	-------------------	------------------------------------

Тест юмористических фраз ТЮФ

А. Г. Шмелев, В. С. Болдырева

Цель. (1) исследование мотивационной сферы личности; (2) изучение личностных особенностей, связанных с пониманием юмора;

Инструкция. Разделите, пожалуйста, карточки на группы так, чтобы в одной лежали карточки на одну тему. Дайте названия каждой группе карточек.

Стимульный материал. Набор карточек с фразами.

1. Перья у писателя были. Ему не хватало крыльев.
2. Чем дальше хочется рыгнуть, тем ниже нужно согнуться.
3. Счастье не в деньгах, а в их количестве.
4. Крик моды понятнее всего на чужом языке.
5. Без женщин жить нельзя на свете – тем более в темноте.
6. Чтобы как следует понять душу человека, лучше всего ее вынуть.
7. Дурак, совершенствуясь, становится круглым.
8. С кем поведешься, с тем и наберешься.
9. Скажи мне, чем ты богат, и я скажу, кем ты служишь.
10. Инициатива скандала принадлежала мужу, а звуковое оформление – жене.
11. «Терпение и труд все перетрут» – напомнил Евгений Сазонов супруге, перетирающей гору посуды.
12. Все в природе взаимосвязано, поэтому без связей лучше и не жить.
13. Не брал за горло никого, кроме бутылки.
14. Морская качка изображена художником с таким сходством, что при одном взгляде на картину тошнило.
15. Стояла тихая Варфоломеевская ночь.
16. И фиговый листок отпадает.
17. Одежда! Мой компас земной, а удача – награда за смелость.
18. Не было ни гроша, и не будет.
19. Сила земного притяжения ощущается особенно сильно, когда поднимаешься по служебной лестнице.
20. Странная картина открылась взору уважаемого классика: это была экранизация его романа.
21. Если ты считаешь, что уже сделал карьеру, значит, ты не настоящий карьерист.
22. Мечтал о полете мысли, но так и не дождался летной погоды.
23. Выпился в алкоголики.
24. «Семь раз отмерь – один отрежь», – объяснял старый палач

молодому.

25. Брала от жизни все, что входило в моду.
26. Деньги – тем большее зло, чем их меньше.
27. Мне с Вами скучно, мне с Вами спать хочется.
28. Ему пришла в голову мысль, но, не застав никого, ушла.
29. Выбирая из двух зол, бери оба: потом и этого не будет.
30. Она шипела на мужа, как газированная вода.
31. Я пью не больше ста граммов, но, выпив сто граммов, я становлюсь другим человеком, а этот другой пьет очень много.
32. Не бойтесь этой гранаты: она ручная.
33. Дети – цветы жизни. Не давайте им, однако, распускаться.
34. «Не хлебом единым жив человек», – кричали возбужденные покупатели в очереди за мясом.
35. Сколько прекрасных мыслей гибнет в лабиринтах извилин!
36. Единственное, что было в нем мужественного, он не мог обнаружить из-за приличий.
37. «Нелегко писательский труд», – говорит Евгений Сазонов, ежедневно относя в приемный пункт макулатуры по 20 кг произведений своих коллег.
38. Шагая в ногу с модой, следите, чтобы она не свернула за угол.
39. Деньги есть деньги! В этой фразе глубокий смысл, но нет запятой.
40. Любимая поговорка военных: «Призвание хорошо, а звание лучше».
41. Поэт шел в гору, но гора эта была Парнасом.
42. Стриптиз моды: макси, миди, мини, голый король.
43. Лишь тяжелый кошелек позволяет угнаться за модой.
44. «Душит – значит любит» (Дездемона).
45. В настойчивых поисках братьев по разуму он оказался в вытрезвителе.
46. Нашел место в жизни – найди жене.
47. Писал с принципиальных кассовых позиций.
48. Защита диссертации пройдет успешнее, если банкет по этому поводу провести за 2-3 часа до ее начала.
49. Бог создал женщин тупыми, чтобы они любили мужчин.
50. Почему, чаще всего неограниченные возможности у ограниченных людей?
51. Ссорясь, они швыряли друг в друга стульями, но ни семейной

жизни, ни стульям это не вредило: семья была крепкая, мебель – тоже.

52. Если умный человек идет в гору, значит, он материально заинтересован.

53. «У меня ничего не осталось, кроме тебя», – признался он ей... за три дня до зарплаты.

54. Круглые дураки в люди не выходят. Их выкатывают.

55. Мясник строил свое благополучие на чужих костях.

56. Голова его чего-нибудь да стоила... вместе с бобровой шапкой.

57. «Пить – здоровью вредить», – сказала Юдифь, отсекая голову ассирийскому военачальнику Олоферну, как только тот уснул, опьяненный вином и ее ласками.

58. И на «пегасах» порой гарцуют всадники без головы.

59. Только в очень хорошем настроении она называла получку мужа деньгами.

60. Те, кому дают на чай, пьют коньяк.

61. «Удивительное – ядом!» – сказал Сальери.

62. Нарушение моды королями становится модой для их подданных.

63. Нетрезвый взгляд на вещи помогает обходиться без них.

64. Жена шефа много симпатичнее, чем шеф жены.

65. Если у тебя умная жена, будешь есть плоды с дерева познания, если глупая – с дерева жизни.

66. Бдительный завмаг подвергал неусыпному прощупыванию все, что у продавщиц пряталось под прилавком.

67. Когда она заговаривала о чернобурой лисе, муж смотрел на нее волком.

68. Не только сам укладывался в получку, но и укладывал своих приятелей.

69. Женщине по служебной лестнице легче идти в короткой юбке.

70. Когда музы молчат, говорят жены поэтов.

71. Дороже всего нам обходится то, что нельзя достать ни за какие деньги.

72. Хорошо, когда у женщины есть муж, но еще лучше, когда он чужой.

73. В повести так много пили, что из нее можно было гнать спирт.

74. Мечтает устроиться на доходное лобное место.

75. При вытрезвителе вновь открыта комната матери и ребенка.

76. В этой столовой можно не только червячка заморить.

77. Женщины пьянили его, особенно когда в их обществе он пил водку.
78. Последний крик моды часто раздавался из-под прилавка.
79. Если все время мыслить, на что же существовать?
80. Быстро поднимался по служебной лестнице: одна «рука» тут, другая – там.
81. Мода на форму черепа стоила ей многого.
82. Чем продуктивнее творчество, тем нужнее холодильник.
83. Ломал голову, а сломал шею.
84. «А здесь я работаю для потомства», – гордо намекнул Евгений Сазонов, указывая посетителям на диван.
85. Закон всеобщего тяготения к шаблону.
86. Всем модам Отелло предпочитал декольте.
87. Интеллигенты умирают сидя.
88. Бараны умеют жить: у них и самая паршивая овца в каракуле ходит.
89. Сколько еще дантесов прозябает в неизвестности!
90. Забытый писатель искал забвения в вине.
91. Многие женятся по любви, потому что не имеют возможности жениться по расчету.
92. Модельеры призваны одевать женщин. Они же все время стараются их раздеть.
93. Не лещ без бутылки.
94. Даже роль Отелло исполняется правдивее, если есть личная заинтересованность.
95. Любопытство к женщинам не должно быть праздным.
96. Перед злоупотреблением не разбалтывай!
97. Если жена не следит за модой, за ней можно не следил».
98. Не всякая кучка могучая.
99. Чем приятнее формы, тем безразличнее содержание.
100. Графомания – это потребность души или семейного бюджета?

Обработка. В основе методики лежит прием свободной тематической классификации многозначных стимулов – юмористических фраз. Появление крупного класса является свидетельством наличия сверхзначимой (доминирующей) мотивации, предметное содержание которой соответствует предметному содержанию этого класса.

Стимульный материал состоит из 100 юмористических фраз, из

которых 40 фраз являются многозначными (испытываемые в зависимости от собственной интерпретации усматривают в них то одну, то другую тему из тех же 10 основных).

Основные темы:

1. Агрессия – самозащита.
2. Взаимоотношения полов.
3. Пагубные пристрастия (пьянство).
4. Деньги.
5. Мода;
6. Карьера.
7. Семейные неурядицы.
8. Социальные неурядицы.
9. Бездарность в искусстве.
10. Человеческая глупость.

Подсчет тестового балла

Экспериментатору достаточно подсчитать количество карточек в соответствующем классе, чтобы приписать определенный балл мотивационной теме. Десять полученных показателей могут быть визуализированы в виде профиля. При интерпретации сравниваются показатели, выявляющие порядковую структуру индивидуального профиля мотивационных тем, их доминирование, «притягивание» (апперцептирование) стимульного материала одних тем другими. При интерпретации данных могут анализироваться не только изолированные темы, но и их комбинации. Возможно проведение сложного содержательного анализа семантических отношений между карточками, включаемыми испытуемым в темы.

В отличие от стандартизованных тестов, показатели ТЮФ сравниваются именно внутри индивидуального профиля, то есть осуществляется так называемое ипсативное оценивание.

Диагностика мотивационной структуры личности (В. Э. Мильман)

Цель: изучение мотивационной структуры личности (ее мотивационного и эмоционального профилей).

Инструкция: Перед вами 14 утверждений, касающихся ваших жизненных стремлений и некоторых сторон вашего образа жизни. Просим вас высказать отношение к ним по каждому из 8 вариантов ответов, проставив в соответствующих клетках бланка ответов одну

из следующих оценок каждого утверждения:

- «++» – да, согласен,
- «+» – пожалуй согласен,
- «=» – когда как, согласен в некоторой степени,
- «-» – нет, не согласен,
- «?» – не знаю.

Старайтесь отвечать быстро, не задумывайтесь долго над ответами, отвечайте на вопросы последовательно, от 1а до 14h. Следите за тем, чтобы не путать клетки. На всю работу у вас должно уйти не более 20 минут.

Вариант для учащихся и студентов

(1) В своем поведении в жизни нужно придерживаться следующих принципов:

1. «Главное – здоровье». Нужно делать все, чтобы беречь его.
2. «Время – деньги». Нужно стремиться больше заработать.
3. Свободное время нужно отдавать своим друзьям.
4. Никогда не сидеть без дела; а если его нет, то нужно искать.
5. Нужно постоянно делать добро, и тогда, когда это нелегко.
6. Нужно постоянно стремиться быть впереди других.
7. Нужно стремиться понимать искусство, приобретать больше разных знаний.
8. Нужно стремиться открыть что-то новое, что-то изобрести, создать.

(2) В своем отношении к работе и учебе нужно придерживаться следующих принципов:

1. Работа – это вынужденная необходимость; если есть возможность, то лучше не работать.
2. Если в группе возникает конфликт, то лучше не вмешиваться.
3. Я бы хотел, чтобы не месте учебы и на работе было как дома, удобно и красиво.
4. Главное – завоевывать авторитет и признание.
5. На работе нужно активно стремиться к продвижению, росту.

6. Нужно приобретать больше знаний и умений, чем это требуется учебной программой.
7. В учебе всегда можно найти интересное, то, что может увлечь.
8. Нужно не только увлечься самому, но и увлечь других.

(3) Среди моих дел в свободное от института время большое место занимают следующие:

1. Текущие домашние дела, помощь в семье.
2. Отдых и развлечения (телевизор, кино, прогулки и пр.).
3. Встречи с друзьями и знакомыми.
4. Общественные дела (напишите какие именно).
5. Занятия с детьми (не обязательно с собственными).
6. Учебные занятия.
7. Увлекающее меня занятие – «хобби» (напиши, что именно).
8. Занятие, которое дает мне возможность заработать.

(4) В институте у меня много времени занимают следующие дела:

1. Непосредственные учебные занятия (лекции, семинары, практикум и пр.).
2. Общение по делам (переговоры, выступления и пр.).
3. Разговоры, не связанные с учебой и институтскими делами.
4. Общественная работа (напишите, какая именно).
5. Самостоятельные занятия.
6. Занятия в кружках, секциях, обществах (напишите, в каких именно).
7. Помощь другим студентам в учебе и других делах.
8. Свободное время, когда можно отдохнуть, погулять, поболтать.

(5) Если бы пятница стала неучебным днем, я бы потратил этот день на то, чтобы:

1. Отдыхать.
2. Проводить время с друзьями и знакомыми.
3. Развлекаться.
4. Помогать в семье в различных домашних делах.
5. Участвовать в общественных мероприятиях (напишите, в каких именно).
6. Все равно заниматься учебной.

7. Читал бы художественную литературу.
 8. Заниматься своим увлечением – «хобби».
- (6) **Если бы мне разрешили заниматься полностью по свободной программе, я бы основное время посвятил:**
1. Занятиям на лекциях, семинарах и практических занятиях в том же объеме, но по своему выбору.
 2. Свободному обсуждению различных учебных тем с теми преподавателями и студентами, которых сам бы для этого выбрал.
 3. Слушал бы, что придется и обсуждал все это.
 4. Общественной работе (напишите, какой именно).
 5. Самостоятельным занятиям по повышенной программе (напишите, чем именно).
 6. Занятиям в кружках и секциях (напишите, в каких именно).
 7. Помощи другим студентам в учебе и других делах.
 8. Больше времени посвящал бы отдыху на свежем воздухе.
- (7) **Я часто разговариваю с друзьями и знакомыми на такие темы:**
1. О том, как интересно и приятно провести время.
 2. Об общих знакомых.
 3. О том, что слышу вокруг от окружающих.
 4. О том, как пробиться в жизни, не быть хуже других.
 5. Об учебных делах и увлечениях.
 6. О своих увлечениях – «хобби».
 7. О том, чтобы придумать что-нибудь возбуждающее, требующее усилий.
 8. О жизни, книгах, искусстве.
- (8) **Благодаря институту я сейчас имею в своей жизни:**
1. Привычную обстановку в которой мне нравится бывать.
 2. Уважение среди окружающих.
 3. Хороший коллектив, дружеские взаимоотношения.
 4. Постоянно узнаю что-то новое, интересующее меня.
 5. Чувство, что я могу приносить пользу.
 6. Возможность развивать свои способности.
 7. Полезные для жизни умения.
 8. Возможности для получения перспективной работы.
- (9) **Больше всего мне хочется бывать в таком обществе:**

1. Где шумно и весело.
2. Где красиво, уютно, приятно.
3. Где можно решить какие-то дела.
4. Где тебя уважают, признают лидером.
5. Где можно приобрести новых друзей.
6. Где бывают известные люди.
7. Где занимаются каким-то общим делом: что-то создают, изучают и т.п.
8. Где можно показать свои способности: артистические, художественные, свои знания и т.д.

(10) Мне хотелось бы, чтобы в институте и на работе рядом со мной были такие люди:

1. С которыми имеется взаимная симпатия.
2. С которыми можно поговорить на разные темы.
3. Которым я сам могу в чем-то помогать.
4. Которые знают много полезных, практических вещей: где что можно достать, как заработать денег.
5. Которые имеют авторитет и уважение среди окружающих.
6. Которые знают, как нужно вести себя в разных ситуациях.
7. У которых есть интересные мысли, новые идеи.
8. Которые готовы поддержать тебя в трудных ситуациях.

(11) Я думаю, что сейчас имею в своей жизни в достаточной степени:

1. Материальное благополучие.
2. Возможности для интересных развлечений.
3. Хорошие, спокойные домашние условия.
4. Достаточно друзей и возможности проводить время в обществе.
5. Чувство уважения и симпатии со стороны окружающих.
6. Самостоятельности, возможности поступать так, как считаю верным.
7. Чувство, что приношу определенную пользу (напишите, что именно).
8. Что-то умею, что важно для жизни (напишите, что именно).

(12) Благодаря своему труду и способностям я имею к настоящему времени:

1. Много знаний и полезных умений.

2. Чувство спокойствия и уверенности в жизни.
3. Много интересных встреч и бесед.
4. Занятие, которое меня увлекает.
5. Чувство, что я достигну в будущем того, чего хочу.
6. Авторитет и уважение среди окружающих.
7. Достаточную самостоятельность и независимость.
8. Умение самостоятельно заниматься и работать.

(13) Больше всего мне нравятся такие состояния настроения:

1. Состояния покоя, отдыха, когда не нужно думать о насущных заботах.
2. Когда кругом комфортное, удобное, приятное окружение.
3. Когда кругом оживление, веселая суэта.
4. Когда мне предстоит провести время в приятном обществе.
5. Когда испытываю чувство соревнования, активности, риска.
6. Когда испытываю чувство активного напряжения и ответственности.
7. Когда погружен в свою работу.
8. Когда включен в совместную с другими работу.

(14) Когда меня постигает неудача, не получается то, что я очень хочу:

1. Я расстраиваюсь и долго переживаю.
2. Стараюсь переключиться на что-нибудь другое, приятное.
3. Теряюсь, не знаю, что делать, злюсь на себя.
4. Злюсь на то, что мне помешало.
5. Стараюсь оставаться спокойным, и обычно мне это удается.
6. Переживаю, когда пройдет первая реакция, чтобы спокойно проанализировать, что произошло.
7. Стараюсь понять, в чем я сам был виноват.
8. Стараюсь поправить причины неудачи и поправить положение.

Вариант для взрослых

(1) В своем поведении в жизни нужно придерживаться следующих принципов:

1. «Время – деньги». Нужно стремиться их больше

зарабатывать.

2. «Главное – здоровье». Нужно беречь себя и свои нервы.
3. Свободное время нужно проводить с друзьями.
4. Свободное время надо отдавать семье.
5. Нужно делать добро, даже если это дорого обходится.
6. Нужно делать все возможное, чтобы завоевать место под солнцем.
7. Нужно приобретать больше знаний, чтобы понять причины и сущность того, что происходит вокруг.
8. Нужно стремиться открыть что-то новое, создать, изобрести.

(2) В своем поведении на работе нужно следовать таким принципам:

1. Работа – это вынужденная жизненная необходимость.
2. Главное – не допускать конфликтов.
3. Нужно стремиться обеспечить себя спокойными, удобными условиями.
4. Нужно активно стремиться к служебному продвижению.
5. Главное – завоевать авторитет и признание.
6. Нужно постоянно совершенствоваться в своем деле.
7. В своей работе всегда надо найти интересное, что может увлечь.
8. Нужно не только увлечься самому, но и увлечь работой других.

(3) Среди моих дел в свободное время большое место занимают следующие дела:

1. Текущие, домашние.
2. Отдых, развлечения.
3. Встречи с друзьями.
4. Общественные дела.
5. Занятия с детьми.
6. Учеба, чтение необходимой для работы литературы.
7. Хобби.
8. Подрабатывание денег.

(4) Среди моих рабочих дел много места занимают:

1. Деловое общение (переговоры, выступления, обсуждения и т. д.).
2. Личное общение (на темы, не связанные с работой).

3. Общественная работа.
 4. Учеба, получение новой информации, повышение квалификации.
 5. Работа творческого характера.
 6. Работа, непосредственно влияющая на заработок (сдельная, дополнительная).
 7. Работа, связанная с ответственностью перед другими.
 8. Свободное время, перекуры, отдых.
- (5) Если бы мне добавили выходной день, я бы скорее всего потратил его на то, чтобы:**
1. Заниматься текущими домашними делами.
 2. Отдыхать.
 3. Развлекаться.
 4. Заниматься общественной работой.
 5. Заниматься учебой, получением новых знаний.
 6. Заниматься творческой работой.
 7. Делать дело, в котором чувствуешь ответственность перед другими.
 8. Делать дело, дающее возможность заработать.
- (6) Если бы у меня была возможность по-своему планировать рабочий день, я бы стал скорее всего заниматься:**
1. Тем, что составляет мои основные обязанности.
 2. Общением с людьми по делам (переговоры, обсуждения).
 3. Личным общением (разговорами, не связанными с работой).
 4. Общественной работой.
 5. Учебой, получением новых знаний, повышением квалификации.
 6. Творческой работой.
 7. Работой, в которой чувствуешь пользу и ответственность.
 8. Работой, за которую можно больше получить.
- (7) Я часто разговариваю с друзьями и знакомыми на такие темы:**
1. Где что можно купить, как хорошо провести время.
 2. Про общих знакомых.
 3. О том, что вижу и слышу вокруг.
 4. Как добиться успеха в жизни.
 5. О работе.

6. О своих увлечениях
 7. О своих успехах и планах.
 8. О жизни, книгах, кинофильмах, политике.
- (8) Моя работа дает мне прежде всего:**
1. Достаточные материальные средства для жизни.
 2. Общение с людьми, дружеские отношения.
 3. Авторитет и уважение окружающих.
 4. Интересные встречи и беседы.
 5. Удовлетворение от работы.
 6. Чувство своей полезности.
 7. Возможность повышать свой профессиональный уровень.
 8. Возможность служебного продвижения.
- (9) Больше всего мне хочется бывать в таком обществе, где:**
1. Уютно, хорошие развлечения.
 2. Можно обсудить волнующие тебя рабочие темы.
 3. Тебя уважают, считают авторитетом.
 4. Можно встретиться с нужными людьми, завязать полезные связи.
 5. Можно приобрести новых друзей.
 6. Бывают известные заслуженные люди.
 7. Все связаны общим делом.
 8. Можно проявить и развить свои способности.
- (10) Я хотел бы на работе быть рядом с такими людьми:**
1. С которыми можно поговорить на разные темы.
 2. Которым мог бы передавать свой опыт и знания.
 3. С которыми можно больше заработать.
 4. Которые имеют авторитет и вес на работе.
 5. Которые могут научить чему-нибудь полезному.
 6. Которые заставляют тебя становиться активнее на работе.
 7. Которые имеют много знаний и интересных идей.
 8. Которые готовы поддержать тебя в разных ситуациях.
- (11) К настоящему времени я имею в достаточной степени:**
1. Материальное благополучие.
 2. Возможность интересно развлекаться.
 3. Хорошие условия жизни.
 4. Хорошую семью.
 5. Достаточно возможностей интересно проводить время в обществе.

6. Уважение, признание и благодарность других.
7. Чувство полезности для других.
8. Создание чего-то ценного, полезного.

(12) Я думаю, что имею в своей работе в достаточной степени:

1. Хорошую зарплату, другие материальные блага.
2. Хорошие условия для работы.
3. Хороший коллектив, дружеские взаимоотношения.
4. Определенные творческие достижения.
5. Хорошую должность.
6. Самостоятельность и независимость.
7. Авторитет и уважение коллег.
8. Достаточно высокий профессиональный уровень.

(13) Больше всего мне нравится, когда:

1. Не нужно думать о насущных заботах.
2. Есть комфортное, приятное окружение.
3. Кругом оживление, веселая суета.
4. Предстоит провести время в веселом обществе.
5. Испытываю чувство соревнования, поиска.
6. Испытываю чувство активного напряжения и ответственности.
7. Погружен в свою работу.
8. Включен в совместную работу с другими.

(14) Когда меня постигает неудача, не получается то, что я хочу:

1. Я расстраиваюсь и долго переживаю.
2. Стараюсь переключиться на что-нибудь другое, приятное.
3. Теряюсь, не знаю что делать, злюсь на себя.
4. Злюсь на то, что мне помешало.
5. Стараюсь оставаться спокойным, и обычно мне это удается.
6. Переживаю, когда пройдет первая реакция, и спокойно анализирую, что произошло.
7. Стараюсь понять, в чем я сам был виноват.
8. Стараюсь понять причины неудачи и поправить положение.
- 9.

Обработка. Вариант для учащихся и студентов

Ответы испытуемого переводятся в баллы:

· «+++» – 3 балла,

- «+»– 2 балла,
- «=»– 1 балл,
- «-» или «?»– 0 баллов.

После обработки результаты каждого респондента могут быть представлены в следующей таблице:

	П	К	С	О	Д	ДР	ОД	Э	Ф
Ож ^{ид}									
Ож ^{ре}									
Рб ^{ид}									
Рб ^{ре}									

Ключ к тесту

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1	П	П	П	П	К	Д
2	П, ПР	К	К	О	О	О, Д
3	О	К	О	К, О	К	К, О
4	Д	С	ОД*	Д, ОД*	П, ОД	Д, ОД*
5	ОД	С	П, ОД	ДР	ОД*	ДР*
6	С	ДР	ДР	Д, ОД*	Д	Д*
7	ДР	ДР	Д*	ОД	ДР	ОД
8	ДР	ОД	П, Д	К	Д*	К
	Ож ^{ид}	Рб ^{ид}	Ож ^{ре}	Рб ^{ре}	Ож ^{ид}	Рб ^{ид}

	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)
1	К	К	К	О		П, Д	аст	аст
2	О	С	К	О	К	К	аст	аст
3	С, О	О	П	ОД	К	О	аст	аст
4	С ^{ид}	ДР	С	П	О	ДР	аст	аст
5	Д, ОД	ОД	О	С	С	С	ст	ст
6	ДР	ДР	С	П, С	С	С ^{ож}	ст	ст
7	Д	П	Д	ДР	ОД*	С	ст	ст
8	ДР	С	Р		П, ДР*	П, Д	ст	ст
	Ож ^{ре}	Рб ^{ре}	Ож ^{ид}	Рб ^{ид}	Ож ^{ре}	Рб ^{ре}	Э	Ф

Примечание: * – звездочкой отмечены пункты методики, входящие в шкалу коррекции.

Обработка. Вариант для взрослых

Ответы испытуемого переводятся в баллы: «+++»– 3 балла,

· «+»– 2 балла, «=»– 1 балл, «-» или «?»– 0 баллов.

После обработки результаты каждого респондента могут быть представлены в следующей таблице:

	П	К	С	О	Д	ДР	ОД	Э	Ф
Ож ^{ид}									
Ож ^{ре}									
Рб ^{ид}									
Рб ^{ре}									

Ключ к тесту

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1	П	П	П	Д	П	Д
2	П	К	К	К, О	К	О, Д
3	О	К	О	Д, ОД	К*	К, О
4	Д	С	Д, ОД*	Д	ОД*	С, Д*
5	ОД	СО	ОД	ДР*	ДР*	
6	С	ДР	ДР	П	ДР	ДР*
7	ДР	ДР	Д, ДР	ОД	ОД	ОД
8	ДР	ОД	П, Д	К	П, Д	П
	Ож ^{ид}	Рб ^{ид}	Ож ^{ре}	Рб ^{ре}	Ож ^{ид}	Рб ^{ид}

	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)
1	К	П	К	К, О	П	П	аст	аст
2	О	О	Д	ОД	К	К	аст	аст
3	С	С	С	П, Д	К	К, О	аст	аст
4	С ^{ид}	О	С	С	О	ДР*	аст	аст
5	П, Д	ДР	О	П	С, О	С*	ст	ст
6	ДР	ОД	С ^{ре}	ОД	С, ОД	С	ст	ст
7	ДР	ДР	Д, ОД	ДР	ОД	ОД	ст	ст
8	О ^{ид}	С	К, О*		ДР*	П, Д	ст	ст
	Ож ^{ре}	Рб ^{ре}	Ож ^{ид}	Рб ^{ид}	Ож ^{ре}	Рб ^{ре}	Э	Ф

Примечание: * – звездочкой отмечены пункты методики, входящие в шкалу коррекции.

Описание шкал теста

Шкалы мотивационного профиля:	Подшкалы	Шкалы эмоционального профиля
П – поддержание жизнеобеспечения,	Ож – <i>общежитейская</i> Рб – <i>рабочая</i> (учебная) ид – « <i>идеальное</i> » состояние мотива, уровень побуждения, устремления; ре – « <i>реальное</i> » состояние то, насколько испытуемый расценивает данный мотив удовлетворенным в настоящее время.	отражают направленность на эмоциональное переживание..
К – комфорт,		Эст – стенического типа;
С – социальный статус,		Эаст – астенического типа;
О – общение,		Фст – стенический тип переживания
Д – общая активность,		фрустрации;
ДР – творческая активность,		Фаст – астенический тип переживания
ОД – общественная полезность.		фрустрации.

Шкала коррекции

Для построения проверочной шкалы, «*шкалы коррекции*» в ряде пунктов, по которым существует вероятность для заполняющего украсить свой портрет, предусмотрена просьба уточнить свой ответ конкретными данными.

Например, если испытуемый положительно ответил на вопрос 3g – о «хобби», то в соответственном месте бланка заполнения он должен уточнить, в чем именно оно состоит. Если он этого не делает, или делает неубедительно, то оценка данного ответа корректируется экспериментатором: вместо 3 или 2 баллов ставится 1 или 0. Ответы по этой шкале, кроме возможностей проверки и коррекции, несут в себе также дополнительную информацию об испытуемом.

Интерпретация результатов теста

На основе соотношения показателей всех шкал, выводимых в результате тестирования можно выделить определенные типы мотивационного и эмоционального профиля.

Типы мотивационного профиля:

Прогрессивный – характеризуется заметным превышением уровня развивающих мотивов над уровнем мотивов поддержания: $(Д+ДР+ОД) - (П+К+С) \geq 5$ баллов. Данный тип преобладает у лиц, добившихся успеха в работе или учебе. Так же характерен для личности с социально направленной позицией.

Регрессивный – противоположен прогрессивному и характерен превышением общего уровня мотивов поддержания над развивающими мотивами. В наиболее отчетливом виде отражается в последовательном снижении профильной линии слева направо. Часто встречается среди плохо успевающих школьников.

Импульсивный – характеризуется резкими перепадами профильной линии с тремя выраженными пиками, чаще всего по шкалам «К», «О», «ДР», но могут быть и другие соотношения. Критерий пика - количественное значение данной шкалы на 2 или более баллов превышает соседние с ним; если это крайняя шкала («П» или «ОД»), то для того чтобы считаться пиком она должна превышать соседнюю («К» или «ДР») не меньше, чем на 4 балла. Наиболее характерен для школьников и студентов. Отражает значительную дифференциацию и, возможно, конфронтацию различных мотивационных факторов внутри общей структуры личности.

Экспрессивный – характеризуется заметными перепадами профильной линии с наличием двух пиков: чаще других встречаются сочетания пиков по шкалам «К» и «ДР». В этом типе отражается определенная выборочная дифференциация мотивационных факторов раздельно по группам поддерживающих (П, К, С) и развивающих (Д, ДР, ОД) мотивов. Назван так в связи с тем, что обнаруживает определенную корреляцию с экспрессивным типом акцентуации личности (по Л. А. Гройсману), т. е. со стремлением субъекта через повышение уровня самоутверждения.

Уплощенный – характеризуется достаточно плоским, маловыразительным профильным рисунком без отчетливых подъемов и спусков; наличие одного пика в этом случае не меняет уплощенного характера профиля в целом. Отражает недостаточную дифференциро-

ванность мотивационной иерархии личности, ее бедность. Чаще встречается у школьников, особенно – плохоуспевающих. Заметна тенденция его уменьшения с возрастом.

Типы эмоционального профиля:

Стенический – характеризуется доминированием стеничности как в эмоциональных предпочтениях (*Эст выше Эаст*), так и в фрустрационном поведении (*Фаст выше Фаст*). Отражает склонность субъекта к активным, деятельным эмоциональным переживаниям и устойчивую, конструктивную, управляемую позицию в трудных ситуациях. Отчетливо коррелирует с «прогрессивным» мотивационным профилем и успешностью в деятельности. Больше выражен у мужчин в сравнении с женщинами.

Астенический – характеризуется превышением астеничности в показателях и эмоционального предпочтения (*Эаст выше Эст*), и фрустрационного поведения (*Фаст выше Фст*). Отражает склонность субъекта к гомеостатическому комфорту, эмоциональным переживаниям гедонистического типа, а так же – неумение управлять собой в трудных ситуациях, раздражительность, склонность к проявлению разного рода защитных механизмов. Отчетливо коррелирует с «регрессивным» мотивационным профилем. Часто встречается у женщин и плохоуспевающих школьников.

Смешанный стенический – характеризуется стеничностью фрустрационного поведения (*Фст выше Фаст*) и астеничностью эмоциональных предпочтений (*Эаст выше Эст*). Выражает определенную разнонаправленность внутри эмоциональной сферы. Наиболее характерен для молодежи. Коррелирует с характеристиками «импульсивного» мотивационного профиля.

Смешанный астенический – характеризуется стенической эмоциональностью (*Эст выше Эаст*) и одновременно астеническим фрустрационным поведением (*Фаст выше Фст*). Встречается редко. Характерен для пятиклассников: они эмоционально стеничны, но еще не научились управлять собой в трудных ситуациях.

При интерпретации результатов обычно строится два профиля: для общежитейской мотивации и для рабочей.

Пример. «Идеальный» профиль «Ж» имеет отчетливую тенденцию снижения от П к ОД, то есть имеет место превышение в общежитейской сфере поддерживающих мотивов над развивающими. И хотя сам учащийся поставил себя по ОД – общественной полезности – очень

высоко, при обработке этот показатель пришлось скорректировать с 9 баллов до 4, так как по шкале коррекции он дал только один необудительный ответ. Обращает внимание сильное недонасыщение по шкале «П» – поддержание жизнеобеспечения. При высоком «идеальном» показателе, отражающем выраженную прагматическую жизненную установку, очень низок «реальный» показатель, означающий, что сам учащийся не прилагает в этом отношении никаких усилий. Высок показатель «К» – стремление к комфорту, – при этом «идеальное» значение совпадает с «реальным», что означает гармоничное насыщение.

Профиль, характеризующий *учебную сферу* («Р») имеет отчетливо сглаженный, упрощенный характер, при этом, по результатам шкалы коррекции показатель ДР здесь скорректирован с 7 до 4, а показатель ОД с 6 до 3. обращает на себя внимание пик на показателе «СР», что означает высокую самооценку школьника по своему реальному школьному статусу. Существенное различие между характером общежитейского («Ж») и учебного («Р») профилей говорит об определенной дисгармоничности, неравноценности мотивационной сферы личности в целом. Характерно, что при суммировании соответствующих профилей, обобщенный профиль сходен с общежитейским в части П, К, С и с рабочим – в части Д, ДР, ОД. Это можно интерпретировать так, что общежитейская сфера играет ведущую роль в формировании поддерживающих, потребительских мотивов, а рабочая – в формировании развивающей части профиля, хотя эта часть имеет вполне бесцветный характер.

В *эмоциональном* профиле показатели астеничности превышают показатели стеничности по обеим шкалам – Э и Ф, что характеризует учащегося как эмоционально пассивного, с тенденцией к фрустрационной неустойчивости.

Диагностика мотивации достижения (А. Мехрабиан)

Цель: определение выраженности мотивации достижения.

Мотивация достижения, по мнению *Г. Мюррея*, выражается в потребности преодолевать препятствия и добиваться высоких показателей в труде, самосовершенствоваться, соперничать с другими и опережать их, реализовывать свои таланты и тем самым повышать самоуважение. Данный тест предназначен для диагностики двух мотивов личности – стремления к успеху и избегания неудачи. Выясняется,

какой из двух мотивов у человека доминирует. Тест имеет две формы – мужскую (а) и женскую (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;	-3	полностью не согласен;
+2	согласен;	-2	не согласен;
+ 1	скорее согласен, чем не согласен;	-1	скорее не согласен, чем согласен;
0	нейтрален;		

Прочтите утверждения теста и оцените степень своего согласия или несогласия. При этом на бланке для ответов против номера утверждения поставьте цифру, которая соответствует степени вашего согласия. Дайте тот ответ, который первым придет вам в голову. Не тратьте время на обдумывание.

Тест-форма А (для мужчин)

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасаясь получения плохой.
2. Если бы я должен был выполнить сложное, незнакомое мне задание, то предпочел бы сделать его вместе с кем-нибудь, чем трудиться в одиночку.
3. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверен, что смогу их решить, чем за легкие, которые знаю, что решу.
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 хорошо определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я должен сам определить свою роль.
7. Я трачу больше времени на чтение специальной литературы, чем художественной.
8. Я предпочел бы важное и 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 собирался играть в карты, то скорее сыграл бы в развлекательную игру, чем в трудную, требующую размышлений.
12. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, тем, где все участники примерно равны по силам.
13. В свободное от работы время я овладеваю какой-нибудь игрой скорее для развития умений, чем для отдыха и развлечений.
14. Я скорее предпочту сделать какое-то дело так, как считаю нужным, пусть даже с 50%-ным риском ошибиться, чем делать его так, как мне советуют другие.
15. Если бы мне пришлось выбирать, то я скорее выбрал бы работу, в которой начальная зарплата будет 500 рублей и может остаться на таком уровне неопределенное время, чем работу, в которой начальная зарплата равна 300 рублей и есть гарантия, что не позднее, чем через полгода я буду получать 2000 рублей.
16. Я скорее стал бы играть в команде, чем соревноваться один с секундомером в руках.
17. Я предпочитаю работать, не щадя сил, пока полностью не удовлетворюсь полученным результатом, чем закончить дело побыстрее и с меньшим напряжением.
18. На экзамене я предпочел бы конкретные вопросы по пройденному материалу вопросам, требующим высказывания своего мнения.
19. Я скорее выбрал бы дело, в котором имеется некоторая вероятность неудачи, но есть и возможность достичь 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 «пронесло», чем порадуюсь хорошей оценке.
21. Если бы я мог вернуться к одному из 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 ее решить.

23. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-нибудь 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 сомнения 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, то скорее опасаясь, 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 знакомое задание, в успехе которого я уверен.
29. Я работаю продуктивнее, когда мне конкретно указывают, что и как выполнять, чем 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 решать 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.

Тест-форма Б (для женщин)

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасаясь получения плохой.
2. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверена, что смогу их решить, чем за легкие, которые знаю, что решу.
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 хорошо определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я должна сама определять свою роль.
6. Более сильные переживания у меня вызывает скорее страх неудачи, чем надежда на успех.

7. Научно-популярную литературу я предпочитаю литературе развлекательного жанра.
8. Я предпочла бы важное и 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. После успешного ответа на экзамене я скорее с облегчением вздохну «пронесло», чем порадуюсь хорошей оценке.
12. Если бы я собиралась играть в карты, то скорее сыграла бы в развлекательную игру, чем в трудную, требующую размышлений.
13. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, тем, где все участники примерно равны по силам.
14. После неудачи я скорее становлюсь более собранной и энергичной, чем теряю всякое желание продолжать дело.
15. Неудачи отвлекают мою жизнь больше, чем приносят радость успеха.
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 блюдо, 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 затратю все свое время на осуществление одного дела, чем постараюсь выполнить за это же время два-три дела.
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 бы решили устроить вечеринку, я предпочла бы сама организовать ее, чем предоставить сделать это кому-то другому.
22. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-нибудь 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, то скорее опасуюсь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.
 25. Я эффективнее работаю под чьим-то руководством, чем когда несу за свою работу личную ответственность.
 26. Мне больше нравится выполнять сложное незнакомое задание, чем знакомое задание, в успехе которого я уверена.
 27. Если бы я успешно решила какую-то задачу, то с большим удовольствием взялась бы еще раз решать аналогичную задачу, чем перешла бы к задаче другого типа.
 28. Я работаю продуктивнее над заданием, когда передо мной ставят задачу в общих чертах, чем когда мне конкретно указывают на то, что и как выполнять.
 29. Если при выполнении важного дела я допускаю ошибку, то чаще теряюсь и впадаю в отчаяние, чем быстро беру себя в руки и пытаюсь исправить положение.
 30. Пожалуй, я больше мечтаю о своих планах на будущее, чем пытаюсь их реально осуществить.

Обработка. Вначале подсчитывается суммарный балл. Ответам испытуемых на прямые пункты (отмеченные знаком «+» в ключе) приписываются баллы.

Ответ «+»	- 3	- 2	- 1	0	+1	+ 2	+ 3
Балл	1	2	3	4	5	6	7

Ответ «-»	- 3	- 2	- 1	0	+1	+ 2	+ 3
Балл	7	6	5	4	3	2	1

Ключ к форме 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.

Ключ к форме 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 определяется, какая мотивационная тенденция доминирует у испытуемого. Баллы всех испытуемых выборки ранжируют и выделяют две конкретные группы: верхние 27% выборки характеризуются *мотивом стремления к успеху*, а нижние 27% – *мотивом избегания неудачи*.

Диагностика мотивов аффилиации (А. Мехрабиан)

Цель. Изучение двух мотивов стремления к принятию вас окружающими людьми (СП) и страха быть отвергнутым другими людьми (СО). Аффилиация, по мнению Г. Меррея, – это потребность тесно контактировать и взаимодействовать с близкими людьми.

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. При этом на бланке для ответов против номера утверждения поставьте цифру, соответствующую выбранному вами ответу. Не тратьте время 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 подсчет определенных баллов, а не содержательный анализ ответов на отдельные пункты. В тесте не предполагается хороших или плохих ответов. Свободно и искренне выражайте свое мнение.

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 превыше дружбы.
 10. Я предпочел бы самостоятельную работу коллективной.
 11. Излишняя откровенность с друзьями может повредить.
 12. Встречая на улице знакомого, я скорее стараюсь перекинуться с ним хотя бы парой слов, чем просто пройти поздороваться.
 13. Независимость и свободу от привязанностей я предпочитаю 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. У меня очень много близких друзей.
 18. Когда я нахожусь с незнакомыми людьми, мне совсем неважно, 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 почитать интересную книгу или пойти в кино, чем провести 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 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 теста

По каждой из шкал подсчитывается суммарный балл. Ответам испытуемого на прямые пункты (отмеченные знаком «+» в ключе) приписываются баллы.

Обработка. Вначале подсчитывается суммарный балл. Ответам испытуемых на прямые пункты (отмеченные знаком «+» в ключе) приписываются баллы.

Ответ «+»	- 3	- 2	- 1	0	+1	+ 2	+ 3
Балл	1	2	3	4	5	6	7

Ответ «←»	- 3	- 2	- 1	0	+1	+ 2	+ 3
Балл	7	6	5	4	3	2	1

Ключ к шкале 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.

Ключ к шкале 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:

- высокий – низкий (СП выше медианы, СО ниже медианы);
- низкий – низкий (СП ниже медианы, СО ниже медианы);
- высокий – высокий (СП выше медианы, СО выше медианы);
- низкий – высокий (СП ниже медианы, СО выше медианы)

Для испытуемых группы «*высокий-низкий*» характерен мотив «стремление к принятию группой», а для испытуемых 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.

Методика для диагностики учебной мотивации студентов (А. А. Реан и В. А. Якунин, модификация Н. Ц. Бадмаевой)

Цель. Диагностика учебной мотивации студентов.

Инструкция. Оцените по 5-балльной системе приведенные мотивы учебной деятельности по значимости для Вас: 1 балл соответствует минимальной значимости мотива, 5 баллов – максимальной.

1. Учусь, потому что мне нравится избранная профессия.
2. Чтобы обеспечить успешность будущей профессиональной деятельности.
3. Хочу стать специалистом.

4. Чтобы дать ответы на актуальные вопросы, относящиеся к сфере будущей профессиональной деятельности.
5. Хочу в полной мере использовать имеющиеся у меня задатки, способности и склонности к выбранной профессии.
6. Чтобы не отставать от друзей.
7. Чтобы работать с людьми, надо иметь глубокие и всесторонние знания.
8. Потому что хочу быть в числе лучших студентов.
9. Потому что хочу, чтобы наша учебная группа стала лучшей в институте.
10. Чтобы заводить знакомства и общаться с интересными людьми.
11. Потому что полученные знания позволят мне добиться всего необходимого.
12. Необходимо окончить институт, чтобы у знакомых не изменилось мнение обо мне, как способном, перспективном человеке.
13. Чтобы избежать осуждения и наказания за плохую учебу.
14. Хочу быть уважаемым человеком учебного коллектива.
15. Не хочу отставать от сокурсников, не желаю оказаться среди отстающих.
16. Потому что от успехов в учебе зависит уровень моей материальной обеспеченности в будущем.
17. Успешно учиться, сдавать экзамены на «4» и «5».
18. Просто нравится учиться.
19. Попав в институт, вынужден учиться, чтобы окончить его.
20. Быть постоянно готовым к очередным занятиям.
21. Успешно продолжить обучение на последующих курсах, чтобы дать ответы на конкретные учебные вопросы.
22. Чтобы приобрести глубокие и прочные знания.
23. Потому что в будущем думаю заняться научной деятельностью по специальности.
24. Любые знания пригодятся в будущей профессии.
25. Потому что хочу принести больше пользы обществу.
26. Стать высококвалифицированным специалистом.
27. Чтобы узнавать новое, заниматься творческой деятельностью.
28. Чтобы дать ответы на проблемы развития общества, жизнедеятельности людей.
29. Быть на хорошем счету у преподавателей.
30. Добиться одобрения родителей и окружающих.

31. Учусь ради исполнения долга перед родителями, школой.
32. Потому что знания придают мне уверенность в себе.
33. Потому что от успехов в учебе зависит мое будущее служебное положение.
34. Хочу получить диплом с хорошими оценками, чтобы иметь преимущество перед другими.

Обработка.

Шкала 1. Коммуникативные мотивы: 7, 10, 14, 32.

Шкала 2. Мотивы избегания: 6, 12, 13, 15, 19.

Шкала 3. Мотивы престижа: 8, 9, 29, 30, 34.

Шкала 4. Профессиональные мотивы: 1, 2, 3, 4, 5, 26.

Шкала 5. Мотивы творческой самореализации: 27, 28.

Шкала 6. Учебно-познавательные мотивы: 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24.

Шкала 7. Социальные мотивы: 11, 16, 25, 31, 33.

При обработке результатов тестирования необходимо подсчитать средний показатель по каждой шкале опросника.

Психометрические характеристики.

Апробация методики проводилась на выборке студентов третьего курса и школьников 11-го класса.

Ретестовая надежность опросника измерена с интервалом времени в четыре месяца (выборка составила 92 человека). Коэффициенты корреляции по Пирсону были значимыми при $\rho < 0,001$ и находились в пределах 0,671-0,720. Дискриминативная надежность мотивационных шкал опросника вычислялась по алгоритму четырехклеточной корреляции на выборке в 225 человек. Для каждого утверждения опросника был рассчитан f – коэффициент. В окончательный вариант опросника вошли те утверждения, для которых f – коэффициент был выше, чем 0,154, и находился в пределах от 0,240 до 0,745 при $\rho < 0,01$.

Критериальная валидность была вычислена на выборке из 102 человек. В качестве внешнего критерия была взята текущая академическая успеваемость студентов. Выявлена значимая корреляция (по Пирсону) успеваемости студентов с показателями учебно-познавательной мотивации ($r=0,405$ при $\rho < 0,01$), творческой мотивации ($r=0,254$ при $\rho < 0,05$), коммуникативной мотивации ($r=0,207$ при $\rho < 0,05$).

Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Шкала лжи) Д. Марлоу и Д. Крауна

Цель: исследование тенденции испытуемого к социально одобряемым ответам, оценка правдивости высказываний.

Инструкция. Внимательно прочитайте каждое из приведенных ниже суждений. Если Вы считаете, что оно верно и соответствует особенностям Вашего поведения, то напишите «Да», если же оно неверно, то «Нет».

Тестовый материал

1. Я внимательно читаю каждую книгу, прежде чем вернуть ее в библиотеку.
2. Я не испытываю колебаний, когда кому-нибудь нужно помочь в беде.
3. Я всегда внимательно слежу затем, как я одет.
4. Дома я веду себя за столом так же, как в столовой.
5. Я никогда ни к кому не испытывал антипатии.
6. Был случай, когда я бросил что-то делать, потому что не был уверен в своих силах.
7. Иногда я люблю позлословить об отсутствующих.
8. Я всегда внимательно слушаю собеседника, кто бы он ни был.
9. Был случай, когда я придумал вескую причину, чтобы оправдаться.
10. Случалось, я пользовался оплошностью человека.
11. Я всегда охотно признаю свои ошибки.
12. Иногда вместо того, чтобы простить человека, я стараюсь отплатить ему тем же.
13. Были случаи, когда я настаивал на том, чтобы делали по-моему.
14. У меня не возникает внутреннего протеста, когда меня просят оказать услугу.
15. У меня никогда не возникает досады, когда высказывают мнение, противоположное моему.
16. Перед длительной поездкой я всегда тщательно продумываю, что взять с собой.
17. Были случаи, когда я завидовал удаче других.
18. Иногда меня раздражают люди, которые обращаются ко мне с вопросами.
19. Когда у людей неприятности, я иногда думаю, что они получили по заслугам.

20. Я никогда с улыбкой не говорил неприятных вещей.

Обработка. *Ключ.* За каждое совпадение с ключом начисляется один балл.

“Да” на вопросы: 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 14, 15, 16, 20.

“Нет” на вопросы: 6, 7, 9, 10, 12, 13, 17, 18, 19.

Общий итоговый показатель “мотивации одобрения” по шкале получается суммированием всех “работающих” вопросов. Чем выше итоговый показатель, тем выше мотивация одобрения и тем, следовательно, выше готовность человека представить себя перед другими как полностью соответствующего социальным нормам. Низкие показатели могут свидетельствовать как о непринятии традиционных норм, так и об излишней требовательности к себе.

Методика «Самооценка профессионально-педагогической мотивации» (адаптирована Н. П. Фетискиным)

Цель. Особенности самооценки профессионально-педагогической мотивации.

Инструкция. Оцените, пожалуйста, приведенные ниже утверждения. Вам необходимо обвести цифру, соответствующую вашему ответу.

5	Всегда
4	Часто
3	Не очень часто
2	Редко
1	Никогда

- | | | |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1 | Люблю слушать лекции (рассказы) о работе учителей. | 5 4 3 2 1 |
| 2 | Жду с нетерпением «дня школы», ситуаций общения с ребятами и педагогами, когда можно активно учиться, работать в школьных условиях. | 5 4 3 2 1 |
| 3 | Считаю, что лекции по педагогике содержат весьма простой материал, их можно и не переписывать, на семинарах стараюсь не выступать. | 5 4 3 2 1 |
| 4 | Останавливаюсь и читаю материал, представленный в школьном методическом уголке, только тогда, когда получаю задание от преподавателя, особого интереса материал у меня не вызывает. | 5 4 3 2 1 |

- | | | |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 5 | Покупаю по возможности книги и брошюры о педагогическом опыте, по психологии. | 5 4 3 2 1 |
| 6 | Обращаю внимание на педагогические ситуации только тогда, когда в них имеются интересные конфликты, интригующие факты. | 5 4 3 2 1 |
| 7 | Делаю выписки (по возможности и вырезки) из журналов и газет о работе школ и учителей, о проблемах современной молодежи. | 5 4 3 2 1 |
| 8 | Читаю «Учительскую газету», другие педагогические газеты, журналы, книги; собираю собственную библиотечку из них. | 5 4 3 2 1 |
| 9 | Читаю только отрывки (выборочно) из статей о педагогическом опыте; на приобретение педагогической литературы время и средства не трачу. | 5 4 3 2 1 |
| 10 | Наблюдаю за опытом работы умелых педагогов только в часы, отведенные на педпрактику. | 5 4 3 2 1 |
| 11 | Охотно принимаю участие в анализе ситуаций, возникающих в школе; стараюсь при этом кое-что записать. | 5 4 3 2 1 |
| 12 | Принимаю участие в организационных беседах с учителями только тогда, когда требует руководитель педпрактики. | 5 4 3 2 1 |
| 13 | Ищу материал, освещающий инновационные процессы в образовательных учреждениях, в сферах информационных услуг. | 5 4 3 2 1 |
| 14 | Люблю работать с педагогической и психологической литературой в читальном зале, в библиотеке, дома в свободное время, люблю решать педагогические задачи. | 5 4 3 2 1 |
| 15 | К семинарским и практическим занятиям делаю прежде всего то, за что надо отчитаться (что будут проверять). | 5 4 3 2 1 |
| 16 | Обложку педагогического реферата стараюсь оформить красиво (по крайней мере аккуратно), так как считаю, что это показывает мое прилежание, мое лицо. | 5 4 3 2 1 |
| 17 | Соглашаюсь выступать на педагогическом кружке, на конференции. | 5 4 3 2 1 |
| 18 | Проявляю любопытство в работе с классом моих товарищей по группе, которые неважно учатся. | 5 4 3 2 1 |

Обработка. Сосчитать сумму баллов согласно ключу
Оценка уровней профессионально-педагогической мотивации (ППМ)
· 11 и более баллов – высокий уровень ППМ;
· 10-6 – средний уровень ППМ; 5 и менее – низкий уровень ППМ.

Шкала	Номера утверждений
профессиональная потребность	2, 8, 14
функциональный интерес	5, 11, 17
развивающаяся любознательность	1, 7, 13
показная заинтересованность	7, 10, 16
эпизодическое любопытство	6, 12, 18
равнодушное отношение	3, 9, 15

**Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере
(О. Ф. Потемкина)**

Цель: выявление степени выраженности социально-психологических установок.

Инструкция: внимательно прочитайте утверждение, если оно верно описывает ваше поведение в бланке поставьте «да», », если ваше поведение не соответствует тому, о чем говорится в утверждении ответьте «Нет».

Вариант 1

Выявление степени выраженности социально-психологических установок, направленных на *«альтруизм – эгоизм»*, *«процесс – результат»*

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. Закончивая 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?

Вариант 2

Выявление степени выраженности социально-психологических установок, направленных на *«свобода - власть»*, *«труд - деньги»*

1. Вы согласны, что самое главное в жизни быть мастером своего дела?
2. Вы более 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?

Обработка результатов:

За каждый ответ «Да» начисляется 1 балл.

Ключ к тесту

Вариант 1	Вариант 2	Вопросы
Процесс	Труд	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37
Результат	Свобода	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38
Альтруизм	Власть	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39
Эгоизм	Деньги	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

Интерпретация результатов:

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.

Ориентация на результат. Люди, ориентирующиеся на результат, одни из самых надежных. Они могут достигать результата в своей деятельности вопреки суете, помехам, неудачам.

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.

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.

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.

Ориентация на деньги. Ведущей ценностью для людей с этой ориентацией является стремление к увеличению своего благосостояния.

Ориентация на свободу. Главная ценность для этих людей это свобода. Очень часто ориентация на свободу сочетается с ориентацией на труд, реже это сочетание “свободы” и “деньги”.

Ориентация на власть. Для людей с подобной ориентацией ведущей ценностью является влияние на других, на общество.

Результаты, полученные с помощью данных методик, целесообразно представить *графически*. Для этого необходимо начертить две вертикальные пересекающиеся прямые и отложить на каждой из четырех прямых от центра (точка 0) количество баллов согласно ключам опросника.

Далее следует эти точки соединить. В результате получится плоскость, отражающая особенности социально-психологических установок.

Следует отметить, что можно, на основании результатов использования методик, выявить несколько групп испытуемых:

1. Группа высокомотивированных испытуемых с гармоничными ориентациями. Все ориентации выражены сильно и в равной степени.

2. Группа низкомотивированных испытуемых, у которых все ориентации выражены чрезвычайно слабо.

3. Группа с дисгармоничными ориентациями, у которых некоторые ориентации выражены сильно, а другие могут даже отсутствовать.

В процессе индивидуального консультирования целесообразно уточнить, в частности, причины дисгармоничности ориентации или низкую мотивацию. Эти причины могут быть временными и не нуждаться в коррекции.

Методика ориентационная анкета Басса

Цель: определение личностной направленности.

Инструкция:

Инструкция: "Опросный лист состоит из 27 пунктов. По каждому из них возможны три варианта ответов: А, Б, В.

1. Из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который лучше всего выражает Вашу точку зрения по данному вопросу. Возможно, что какие-то из вариантов ответов покажутся Вам равноценными. Тем не менее, мы просим Вас отобрать из них только один, а именно тот, который в наибольшей степени отвечает Вашему мнению и более всего ценен для Вас. Букву, которой обозначен ответ (А, Б, В),

напишите в бланке рядом с номером соответствующего пункта (1-27) под рубрикой «больше всего».

2. Затем из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который дальше всего отстоит от Вашей точки зрения, наименее для Вас ценен. Букву, которой обозначен ответ, вновь напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта, в столбце под рубрикой "меньше всего".

3. Таким образом, для ответа на каждый из вопросов Вы используете две буквы, которые и запишите в соответствующие столбцы. Остальные ответы нигде не записываются.

Старайтесь быть максимально правдивым. Среди вариантов ответа нет «хороших» или «плохих», поэтому не старайтесь угадать, какой из ответов является «правильным» или «лучшим» для Вас.

№	Больше всего	Меньше всего
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		

№	Больше всего	Меньше всего
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		

1. *Наибольшее удовлетворение я получаю от:*

- А. Одобрения моей работы;
- 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 интерес к предмету так, что учащиеся с удовольствием углубляют свои знания в этом предмете;
- 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:

- А. Были отзывчивы и помогали людям, когда для этого представляются возможности;
- Б. Были верны и преданы мне;
- В. Были 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:

- А. Когда у меня что-то не получается;
- Б. Когда портятся отношения с товарищами;
- В. Когда 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 свой предмет.

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:

- А. Для общения с друзьями;
- Б. Для отдыха и развлечений;
- В. Для своих любимых дел и самообразования.

13. Наибольших успехов я добиваюсь, когда:

- А. Работаю с людьми, которые мне симпатичны;
- Б. У меня интересная работа;
- В. Мои усилия хорошо вознаграждаются.

14. Я люблю, когда:

- А. Другие люди меня ценят;
- Б. Испытывать удовлетворение от 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. Написали 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 практичный 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, в первую очередь руководитель 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 я 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:

Ответ «наиболее» получает 2 балла, «наименее» – 0, оставшийся невыбранным – 1 балл. Баллы, набранные по всем 27 пунктам, суммируются для каждого вида направленности отдельно.

С помощью методики выявляются следующие направленности:

1. Направленность на себя (Я) – ориентация на прямое вознаграждение и удовлетворение безотносительно работы и сотрудников, агрессивность в достижении статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность, интровертированность.

2. 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.

3. Направленность на дело (Д) – заинтересованность в решении деловых проблем, выполнение работы как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

Ключ

№	Я	О	Д	№	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	А	В	25	А	В	Б
12	Б	А	В	26	В	А	Б
13	В	А	Б	27	Б	А	В
14	А	Б	В				

Опросник В. К. Гербачевского

Цель: выявление уровня притязаний испытуемого посредством диагностики компонентов мотивационной структуры личности.

Инструкция: «Прочтите каждое из приведенных в опроснике высказываний и отметьте, в какой степени вы согласны или не согласны с ним (обведите, например, кружком соответствующую цифру в опроснике). Если...

полностью согласны с высказыванием – +3;

просто согласны – +2;

скорее согласны, чем не согласны – +1;

затрудняетесь ответить – 0;

скорее не согласны, чем согласны – -1;

просто не согласны – -2;

совершенно не согласны – -3.

Все высказывания относятся к тому, о чем вы думаете, что чувствуете или хотите в момент, когда работа над заданием прерывается.

№	Высказывание	Шкала для ответов						
		+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
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
19	Лучших результатов мне не добиться	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3

20	Эта ситуация имеет для меня определенное 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 дольше работаешь, тем становится более интересно	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
24	Я не собираюсь «выкладываться» в 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

Обработка.

Проблемные ситуации, возникающие в процессе ответов на высказывания опросника, приводят к актуализации потребностей, среди которых выделяются познавательные, социальные, потребности самосознания, повышения самоуважения и т. п. На основе этих потребностей человек оценивает значимость и трудность задания, затраты времени и сил, прогнозируемые оценки развития личностных качеств.

По результатам тестирования определяется мотивационная структура личности испытуемого. В этой структуре различают 15 компонентов. По каждому из этих компонентов подсчитывается сумма баллов с помощью ключа и правил перевода ответов испытуемого в баллы.

Ключ к компонентам мотивационной структуры личности.

№	Компоненты мотивационной структуры	Номера высказываний	Баллы
1	Внутренний мотив	15*, 23, 33	
2	Познавательный мотив	5, 22*, 38	
3	Мотив избегания	11, 17, 34	
4	Состязательный мотив	8, 32*, 39	
5	Мотив смены деятельности	1, 9, 27	
6	Мотив самоуважения	12, 21, 30	
7	Значимость результатов	7, 20*, 36	
8	Сложность задания	6, 28*	
9	Волевое усилие	2, 13, 37*	
10	Оценка уровня достигнутых результатов	19*, 29	
11	Оценка своего потенциала	18, 31, 41*	
12	Намеченный уровень мобилизации усилий	3, 24*, 40	
13	Ожидаемый уровень результатов	10, 25*	

14	Закономерность результатов	14, 26*, 42*	
15	Инициативность	4*, 16, 35	

Примечание. Баллы с номерами высказываний, отмеченных звездочками (), подсчитываются по правилам обратного перевода (табл. 3).*

Правила прямого и обратного перевода ответов в баллы.

Перевод	Шкала для ответов						
	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
Прямой	1	2	3	4	5	6	7
Обратный	7	6	5	4	3	2	1

Условно компоненты мотивационной структуры можно разделить на четыре блока (группы).

В первую группу входят 6 компонентов, представляющих собой **ядро мотивационной структуры личности**. К ним относятся следующие.

Компонент 1 – внутренний мотив. Выражает увлеченность заданием, выявляет те аспекты, которые придают выполнению задания привлекательность.

Компонент 2 – познавательный мотив. Характеризует субъекта как проявляющего интерес к результатам своей деятельности.

Компонент 3 – мотив избегания. Свидетельствует о боязни показать низкий результат со всеми вытекающими из этого последствиями.

Компонент 4 – состязательный мотив. Показывает, насколько субъект придает значение высоким результатам в деятельности других субъектов.

Компонент 5 – мотив к смене текущей деятельности. Раскрывает переживаемые субъектом тенденции к прекращению работы, которой он занят в данный момент.

Компонент 6 – мотив самоуважения. Выражается в стремлении субъекта ставить перед собой все более и более трудные цели в однотипной деятельности.

Перечисленные выше компоненты, составляющие ядро мотивационной сферы личности, выступают в роли факторов, непосредственно побуждающих субъекта к определенному виду деятельности.

Вторую группу образуют компоненты, связанные с достижением достаточно трудных целей. Они относятся к текущим делам.

Компонент 7 – придание личностной значимости результатам деятельности.

Компонент 8 – уровень сложности задания.

Компонент 9 – проявление волевого усилия. Выражает оценку степени выраженности волевого усилия в ходе работы над заданием.

Компонент 10 – оценка уровня достигнутых результатов. Сравнивается с возможностями субъекта в определенном виде деятельности.

Компонент 11 – оценка своего потенциала.

В третью группу компонентов входят составляющие **прогнозных оценок** деятельности субъекта.

Компонент 12 – намеченный уровень мобилизации усилий, необходимых для достижения целей деятельности.

Компонент 13 – ожидаемый уровень результатов деятельности.

Четвертая группа компонентов отражает причинные факторы соответствующей деятельности. В нее входят два компонента:

Компонент 14 – закономерность результатов. Выражает понимание субъектом собственных возможностей в достижении поставленных целей.

Компонент 15 – инициативность. Выражает проявление индивидом инициативы и находчивости при решении поставленных перед собой задач.

Перечисленные компоненты представляют собой потенциальную мотивационную структуру, возникающую в ходе выполнения задания. Центральным звеном в этой структуре являются мотивационные компоненты, а среди них компонент самоуважения адекватно выражает экспериментальную оценку уровня притязаний личности.

Оценки каждого компонента мотивационной структуры личности позволяют построить индивидуальный профиль испытуемого, в котором представлены количественные соотношения между всеми рассмотренными компонентами.

Компонент самоуважения, адекватный экспериментальной оценке уровня притязаний, формируется на основе трех высказываний:

12. Чем лучше показываешь результат, тем больше хочется его превзойти.

21. Я хочу ставить все более и более трудные цели.

30. Чем труднее цель, тем больше желание ее достигнуть.

Суммарное количество баллов, которое испытуемый может набрать по данным высказываниям, составляет от 3 до 21.

Хотя нормативных данных для опросника не существует (каждый индивидуальный результат по соответствующим компонентам устанавливается в сравнении с другими компонентами индивидуального личностного профиля испытуемого), можно воспользоваться следующими экспериментальными показателями уровня притязаний:

- низкий уровень: 3-9 баллов;
- средний уровень: 10-16 баллов;
- высокий уровень: 17-21 балл.

Методика диагностики выраженности склонности к риску (Г. Шуберт)

Цель. Определение выраженности склонности к риску.

Успешность деятельности человека существенно зависит от его личностных качеств. На процессе деятельности в экстремальных условиях особенно сказывает такое качество личности, как готовность к риску. Стремление к риску связано с направленностью личности на достижение цели или избежание неудачи и проявляется в экстремальных ситуациях, где может быть предпосылкой несчастного случая и травматизма. Поэтому степень выраженности готовности к риску является важным показателем при выборе ряда профессий связанных с военно-силовыми, правоохранительными, медицинскими службами и отрядами МЧС.

Выбор варианта поведения в условиях опасности определяется следующими оценочными суждениями:

- оценкой выигрыша, который можно достигнуть при данном выборе;
- оценкой шансов на успех или поражение;
- оценкой избежания неудачи или сделанном выборе;
- оценкой степени опасности (физического или иного порядке, например потери авторитета и уважения окружающих людей);
- оценкой степени необходимости осуществления данного выбора.

Каждое из названных оценочных суждений опирается на анализ ситуации и своих возможностей. Так, шансы на успех или избежание неудачи могут расцениваться человеком в связи с его возможностями контролировать развитие ситуации, корректировать свое поведение в ней, предотвращать негативные последствия сделанного выбора и т. д. Однако поведение человека в ситуации опасности зависит не только

от объективных условий, но и от того, насколько адекватно эти условия отражаются в его сознании. О готовности человека к риску можно судить по склонности к риску, стремлению к риску или самозащите.

Предлагаемая методика Г. Шуберта предполагает исследование первого составляющего готовности рисковать – склонности к риску.

Бланк ответов

№ п/п	Да	Скорее да, чем нет	Трудно сказать	Скорее нет, чем да	Нет
1					
...					
25					
Баллы	+2	+1	0	-1	-2

Инструкция: Оцените степень своей готовности совершить действия, о которых Вас спрашивают. При ответе на каждый из 25 вопросов поставьте знак «+» в ту колонку, которая соответствует вашему ответу»

1. Превысили бы Вы установленную скорость, чтобы быстрее оказать необходимую медицинскую помощь тяжелобольному человеку?
2. Согласились бы Вы ради хорошего заработка участвовать в опасной и длительной экспедиции?
3. Стали бы Вы на пути убегающего опасного взломщика?
4. Могли бы ехать на подножке товарного вагона при скорости более 100 км/час?
5. Можете ли Вы на другой день после бессонной ночи нормально работать?
6. Стали бы Вы первым переходить очень холодную реку?
7. Одолжили бы Вы другу большую сумму денег, будучи не совсем уверенным, что он сможет Вам вернуть эти деньги?
8. Вошли бы Вы вместе с укротителем в клетку со львами при его заверении, что это безопасно?
9. Могли бы Вы под руководством извне залезть на высокую фабричную трубу?
10. Могли бы Вы без тренировки управлять парусной лодкой?

11. Рискнули бы Вы схватить за уздечку бегущую лошадь?
12. Могли бы Вы после 10 стаканов пива ехать на велосипеде?
13. Могли бы Вы совершить прыжок с парашютом?
14. Могли бы Вы при необходимости проехать без билета от Таллина до Москвы?
15. Могли бы Вы совершить авто-турне, если бы за рулем сидел Ваш знакомый, который совсем недавно был в тяжелом дорожном происшествии?
16. Могли бы Вы с 10-метровой высоты прыгнуть на тент пожарной команды?
17. Могли бы Вы, чтобы избавиться от затяжной болезни с постельным режимом, пойти на опасную для жизни операцию?
18. Могли бы Вы спрыгнуть с подножки товарного вагона, движущегося со скоростью 50 км/час?
19. Могли бы Вы в виде исключения вместе с семьей другими людьми, подняться в лифте, рассчитанном только на шесть человек?
20. Могли бы Вы за большое денежное вознаграждение перейти с завязанными глазами оживленный уличный перекресток?
21. Взялись бы Вы за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили?
22. Могли бы Вы после 10 рюмок водки вычислять проценты?
23. Могли бы Вы по указанию Вашего начальника взяться за высоковольтный провод, если бы он заверил Вас, что провод обесточен?
24. Могли бы Вы после некоторых предварительных объяснений управлять вертолетом?
25. Могли бы Вы, имея билеты, но без денег и продуктов, доехать из Москвы до Хабаровска?

Обработка результатов. Подсчитывается сумма баллов, согласно последней графе бланка и соотносится с одной из следующих категорий:

- 0 баллов – данный испытуемый никогда не рискует;
- от 1 до 16 баллов – склонность к риску проявляется в небольшой мере;
- от 17 до 33 балла – средняя склонность к риску;
- от 34 до 50 баллов – высокая выраженность склонности к риску, противопоказания по ряду профессий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Воронин, А. Н. Дискурсивные способности: теория, методы изучения, психодиагностика [Электронный ресурс] / А. Н. Воронин. – М. : Институт психологии РАН, 2015 – 176 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=430633&sr=1.
2. Козьяков, Р. В. Методы и методики диагностики акцентуаций характера [Электронный ресурс] / Р. В. Козьяков. – М. : Директ-Медиа, 2013. – 250 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=210548.
3. Козьяков, Р. В. Темпераментно-обусловленные особенности личности: методики изучения [Электронный ресурс] : пособие / Р. В. Козьяков. – М. : Директ-Медиа, 2013. – 84 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=210567&sr=1.
4. Королева, Н. Н. Психосемантические методы диагностики личности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н. Н. Королева. – СПб. : РГПУ им. А. И. Герцена, 2012 – 65 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=428318.
5. Левкин, В. Е. Психические состояния [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / В. Е. Левкин. – М. : Издательство «Юрайт», 2016. – 303 с. – Режим доступа: <https://biblionline.ru/book/B691DDB3-E4AA-48C0-AE98-7D68327F8C75>.
6. Леонова, Е. В. Методы психолого-педагогической оценки [Электронный ресурс] / Е. В. Леонова. – М. : МИФИ, 2012 – 424 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=231689.
7. Лисовская, Н. Б. Психология кадрового менеджмента [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н. Б. Лисовская, Е. А. Трощина. – СПб. : РГПУ им. А. И. Герцена, 2015. – 224 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=435428&sr=1.
8. Лупандин, В. И. Математические методы в психодиагностика [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. И. Лупандин. – Екатеринбург : УрФУ, 2012. – 88 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=239710.
9. Махнач, А. В. Психологическая диагностика кандидатов в замещающие родители: практическое руководство [Электронный ресурс] / А. В. Махнач, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых. – М. : Институт

психологии РАН, 2013. – 219 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=271615.

10. Морин, Ю. П. Психодиагностика и коррекция межличностных отношений в группе [Электронный ресурс] / Ю. П. Морин. – М. : Лаборатория книги, 2012 – 98 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=142228.

11. Носс, И. Н. Психодиагностика [Электронный ресурс] : учебник для академического бакалавриата / И. Н. Носс. – М. : МГОУ, 2016. – 500 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/BA111119-965D-49C3-A3B8-ECD2DA9EA54D>.

12. Основные методы сбора данных в психологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / под ред. С. А. Капустина. – М. : Аспект Пресс, 2012 – 160 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=104540&sr=1.

13. Основы профессиональной психодиагностики [Электронный ресурс] : учебно-практическое пособие / сост. Е. Б. Черная. – Ульяновск : Изд-во УлГТУ, 2014. – 262 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=363454.

14. Психодиагностика [Электронный ресурс] : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Н. Кошелева [и др.] ; под ред. А. Н. Кошелевой, В. В. Хороших. – М. : Издательство «Юрайт», 2016. – 373 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/8DA96680-CC0E-4A6D-9548-66F9D2527970>.

15. Психодиагностика. Практикум по психодиагностике [Электронный ресурс] : учебно-методический комплекс / под ред. Д. А. Донцова. – М. : Изд-во «Человек», 2014 – 224 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=298268.

16. Психодиагностика [Электронный ресурс] : учебное пособие / автор-сост. Э. Г. Касимова. – Уфа : Изд-во Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2014. – 155 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=272482.

17. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога [Электронный ресурс] : в 2 ч. / Е. И. Рогов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство «Юрайт», 2016. – Часть 1. Система работы психолога с детьми разного возраста : практ. Пособие. – 412 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/8ED5B3E0-BC00-4C69-B718-0F9B15482F15>.

18. Тигунцева, Г. Н. Психология отклоняющегося поведения [Электронный ресурс] : учебник и практикум для вузов / Г. Н. Тигун-

цева. – М. : Издательство «Юрайт», 2016. – 349 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/9D2528D5-FCD0-4E45-BFB8-FAD8A36EF5C7>.

19. Фанталова, Е. Б. Ценности и внутренние конфликты: теория, методология, диагностика [Электронный ресурс] : монография / Е. Б. Фанталова. – М. – Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 141 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=278848.

20. Что такое одаренность: выявление и развитие одаренных детей: классические тексты [Электронный ресурс] / под ред. А. М. Матюшкина. – М. : Директ-Медиа, 2014 – 434 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=226878.

ГЛОССАРИЙ

Автоматизированный повествовательный отчет

автоматически сгенерированный на компьютере текст интерпретации баллов обследуемого или тестового профиля, соответствующий либо каждому уровню баллов по каждой шкале (пошкальная интерпретация), либо учитывающий взаимодействие между шкалами на основании эмпирических данных или экспертных оценок.

Адаптивное тестирование

разновидность тестирования, при которой порядок предъявления заданий (или трудность заданий) зависит от ответов испытуемого на предыдущие задания. В настоящее время адаптивное тестирование реализуется в основном в виде различных алгоритмов компьютерного тестирования.

Акцентуация характера

чрезмерная выраженность отдельных черт характера, проявляемая в избирательной уязвимости человека по отношению к определенным ситуациям и стимулам.

Альтернативные формы теста

две или более версий теста, которые рассматриваются как взаимозаменяемые, так как измеряют одни и те же конструкты и предназначены для одних и тех же целей. Различают параллельные, эквивалентные, сравнимые формы.

Амбивалентность

двойственность переживания, когда один и тот же объект вызывает у человека одновременно противоположные чувства.

Анкета

перечень вопросов, предназначенный для письменного опроса. В отличие от тест-опросников, анкета, как правило, не предполагает подсчет баллов по ключам и чаще используется для со-

психологических обследований общественного мнения, чем для психодиагностики.

Апперцепция

зависимость восприятия от прошлого опыта, содержания психической деятельности человека и его индивидуальных особенностей.

Апробация теста

пробное тестирование, предшествующее официальному и предпринимаемое с целью устранения ошибок и неточностей в заданиях, а также приблизительной оценки трудности (и других психометрических характеристик) теста и его отдельных частей (заданий).

Баллирование

процедура подсчета баллов по результатам тестирования. В простейшем случае баллирование сводится к подсчету числа правильных ответов или суммы весов решенных заданий (при наличии разных весов для заданий разной значимости).

Батареи специальных способностей

группы тестов, измеряющих относительно независимые особенности индивидов, в совокупности способствующие успешному осуществлению определенной деятельности.

Беседа клиническая

метод, в котором задача получения информации сочетается с задачей оказания немедленной психологической, психиатрической и медицинской помощи. В силу сцепления двух задач беседа клиническая оказывается менее объективным методом. В ходе клинической беседы психолог интересуется не только явным содержанием ответа клиента (факты, мнения, чувства, словарь, ассоциации идей), не только его поведением (интонации, запинки, жесты и пр.), но и отношением к происходящему – с целью возможности внесения позитивных изменений в сфере эмоций эмоционально-смысловых реакций клиента.

Беседа психодиагностическая (интервью)

методам нестандартизированного опроса, метод получения психодиагностической информации на основе вербальной коммуникации психолога с обследуемым (пациентом, клиентом). Психодиагностическая беседа, как правило, служит вспомогательным методом, потому что при анализе результатов беседы встают проблемы, касающиеся откровенности испытуемого, его отношения к исследователю.

Биографическое интервью (отборочное)

интервью, нацеленное на выяснение событий (подробностей) личной и профессиональной истории соискателя (обычно в хронологической последовательности).

Валидизация

особая процедура проверки валидности (пригодности) теста или оценочной процедуры, которая, как правило, подразумевает расчет корреляции между результатами теста (оценки) и внешним (объективным) показателем эффективности деятельности.

Валидность

обоснованность методики; это одна из основных психометрических характеристик психодиагностической методики, указывающая на степень соответствия получаемой информации диагностируемому психическому свойству. В широком смысле валидность включает сведения о поведении и психических явлениях, которые находятся в причинной зависимости от диагностируемого свойства.

Валидность дискриминантная

выявление отсутствия связи диагностической методики с методиками, имеющими другое теоретическое основание.

Валидность конвергентная

установление степени связи диагностической методики с родственными методиками.

Валидность по одновременности

установление соответствия результатов диагностической методики независимому внешнему критерию, отражающему состояние диагностируемой особенности в момент проведения исследования.

Валидность по содержанию

степень соответствия содержания заданий диагностической методики измеряемой области психических свойств.

Валидность предсказывающая (прогностическая)

установление соответствия результатов диагностической методики независимому критерию, отражающему состояние диагностируемой особенности некоторое время спустя после испытания.

Валидность ретроспективная

установление соответствия результатов диагностической методики независимому внешнему критерию, отражающему события или состояние качества в прошлом.

Вербальный

термин, применяемый для обозначения форм знакового материала, а также процессов оперирования с этим материалом. Различают вербальный осмысленный материал (ряды существительных, прилагательных, глаголов, числительных, отрывки текстов, стихотворения и т. д.) и вербальный бессмысленный материал (слоги, бессмысленные слова и т. д.).

Вес задания (балл за задание)

вклад в общий (сырой) балл по тесту, который вносит отдельное задание. В ЕГЭ, например, все задания типа А дают минимальный вклад в общий балл, равный 1, а некоторые задания типа С дают вклад в 4 очка и даже больше.

Выборка апробации

небольшое по численности множество испытуемых (до ста человек), на которых проводится предварительная (пилотная) версия теста – с целью проверки корректности тестовых заданий и общей пригодности теста.

Выборка стандартизации

группа людей, на которой осуществляется стандартизация методики.

Диагноз психологический

(1) научно-практическая деятельность распознавания (2) состояния единичного объекта (3) с точки зрения его соответствия норме, (4) осуществляемая на основе подведения данного объекта под известный науке класс, имеющая целью (5) прогноз (6) и рекомендации по возвращению системы в состояние нормального функционирования или поддержание ее в этом состоянии

Диагностические признаки

непосредственно наблюдаемые психические проявления, которые являются информативными для отнесения объекта к определенной диагностической категории.

Диагностические категории

это широкий класс объектов (классы людей), которым выносятся единый диагноз – диагностическое заключение (например, об уровне умственного развития, личностной зрелости, психологической адаптированности и т. п.).

Диагностические факторы

количественные категории

Диагностические показатели

это психологические причины, механизмы проявления диагностических признаков

Диагностический вывод

переход от наблюдаемых признаков к уровню скрытых факторов (например, тремор, бледность лица могут свидетельствовать о переживаемом чувстве страха; по покраснению кожи можно догадаться о проявлении чувства стыда и т. п.). Следует учитывать, что между признаками и факторами не существует однозначной связи: один и тот же признак может быть обусловлен различными психологическими причинами

Диагностика межличностных отношений

диагностика, направленная на выявление стихийно складывающихся неформальных отношений в группе постоянно общающихся друг с другом людей.

Диссимилиация

сознательное стремление скрыть свою болезнь, неблагополучие и их симптомы, проявляемое в определенных действиях.

Дифференциальная психометрия

технологическая-методическая дисциплина, касающаяся измерений индивидуальных различий между людьми по способностям, когнитивным функциям, мотивам, эмоциональным особенностям и пр. Обосновывает требования, которым должны удовлетворять психодиагностические методики, процедуру их разработки и применения.

Достижения мотивация

одна из разновидностей мотивации, связанная с потребностью индивида добиваться успехов в деятельности и избегать неудач.

Идеографический подход в психодиагностике

направленность диагностического обследования на описание и объяснение личности как сложного целого с учетом ее индивидуального своеобразия, уникальности.

Интеллект

относительно устойчивая структура умственных способностей индивида, проявляющихся в различных сферах практической и теоретической деятельности.

Интеллект тестовый (психометрический)

характеристика индивида, проявляющаяся в успешности выполнения теста интеллекта; определяется величиной IQ.

Интерпсихический

межличностный, происходящий в психике нескольких субъектов, при взаимодействии психик.

Интровертированность

направленность психической энергии на внутренний мир, свое Я, пренебрежение внешними объектами.

Интроспекция

метод исследования и познания человеком своих мыслей, образов, чувств, переживаний и других актов собственной активности.

Инфантилизм

сохранение в психике и поведении взрослого особенностей, присущих детскому возрасту. Индивид, которому свойственен инфантилизм, при нормальном или даже ускоренном физическом и умственном развитии отличается незрелостью эмоционально-волевой сферы. Это выражается в несамостоятельности решений и действий, чувстве незащищенности, в пониженной критичности по отношению к себе, повышенной требовательности к заботе других о себе, в разнообразных компенсаторных реакциях (фантазирование, замещающее реальные поступки, эгоцентризм и другое).

Когниция

процесс, с помощью которого происходит обработка информации (например, восприятие, внимание, память).

Компьютерные методики

методики, которые предполагают сбор диагностических результатов в режиме диалога человека с компьютером.

Конструкт личный

субъективные (личные) шкалы человека, биполярный различающий признак, которым индивид активно пользуется для оценки объектов, для построения образа окружающего мира.

Контент-анализ

анализ содержания различных видов речевой продукции, материалов и документов (в частности, протоколов проективных методик, диагностических интервью и т. п.) путем подсчета частоты появления определенных ключевых элементов или кодифицированных признаков (например, определенных понятий, суждений, образов и т. п.), регистрируемых в соответствии с задачами исследования.

Контрольный список прилагательных

перечень предполагаемых характеристик объекта оценки, выраженных в форме прилагательных и расположенных в алфавитном порядке, среди которых испытуемому следует отметить те, которые, по его мнению, относятся к предмету оценки.

Конфиденциальность

одна из этических норм работы психодиагноста, обязательство неразглашения информации, полученной от испытуемого, или ограничение ее распространения кругом лиц, о котором испытуемый был заранее осведомлен.

Коррекция умственного развития

исправление отдельных дефектов мышления, проявляющихся как в несовершенстве некоторых мыслительных операций и умений, так и в невладении содержательной стороной мышления.

Коэффициент интеллектуальности

количественный показатель теста интеллекта, указывающий на успешность его выполнения испытуемым по сравнению с выборкой, на которой происходила стандартизация теста.

Лабильность

(от лат. *labilis* – скользящий, неустойчивый) функциональная подвижность нервной и мышечной ткани, характеризующаяся наибольшей частотой, с которой ткань может возбуждаться в ритме раздражений. Наиболее высокая лабильность у толстых нервных волокон, которые могут пропускать до 500-600 импульсов в 1 сек.

Личностный конструкт

оценочная система, которая используется индивидом для классификации различных объектов его жизненного пространства, автор Дж. Келли. Строится прежде всего на основе усмотрения схожести и различия между этими объектами.

Личность

устойчивая система социально значимых черт, характеризующих индивида как члена общества или общности. Понятие личности следует отличать от понятий «индивид» (единичный представитель человеческого рода) и «индивидуальность» (совокупность черт, отличающих данного индивида от всех др.). Личность определяется данной системой общественных отношений, культурой и обусловлена также биологическими особенностями.

Локус контроля

теоретическое понятие модели личности Дж. Роттера. Вера индивида в то, что его поведение детерминировано преимущественно либо им самим (интернальный локус контроля), либо его окружением и обстоятельствами (экстернальный локус контроля). Формируясь в процессе социализации, становится устойчивым личностным качеством.

Малоформализованные методики

методики, не имеющие строго определенных правил использования. Они в большей степени основаны на профессиональном опыте, психологической интуиции самого психодиагнosta.

Метод наблюдения

преднамеренное и целенаправленное восприятие, обусловленное задачей исследования.

Модальность

форма отражения раздражителя в определенной сенсорной системе (зрительной, слуховой, тактильной).

Мотивация

побуждения, вызывающие активность организма и определяющие ее направленность. По своим проявлениям и функциям в регуляции поведения мотивирующие факторы могут быть разделены на три относительно самостоятельных класса: 1. При анализе вопроса о том, почему организм вообще приходит в состояние активности, анализируются проявления потребностей и инстинктов как источников активности. 2. Если изучается вопрос, на что направлена активность организма, ради чего произведен выбор именно этих актов поведения, а не других, исследуются прежде всего проявления мотивов как причин, определяющих выбор направленности поведения. 3. При решении вопроса о том, как, каким образом осуществляется регуляция динамики поведения, исследуются проявления эмоций, субъективных переживаний и установок в поведении субъекта.

Надежность

точность психодиагностических измерений, а также стабильность и устойчивость их результатов по отношению к действию различных посторонних факторов.

Невербальный

такие характеристики задачи, процесса или ситуации, которые не имеют прямого словесного выражения.

Номотетический подход в психодиагностике

направленность психодиагностического обследования на оценку личности с помощью стандартного набора черт с целью определения ее сходства с другими людьми, для того чтобы выявить, как в психике отдельного человека проявляются общие закономерности.

Опросник

более или менее стандартизированная процедура получения информации, заключающаяся в предъявлении испытуемому вопросов в письменном виде и основанная на определенном способе интерпретации его ответов.

Перенос

(трансфер) – процесс, посредством которого бессознательные желания переходят на те или иные объекты в рамках определенного типа отношений, установившихся с этими объектами.

Прагматическая валидизация методики

проверка методики с точки зрения ее практической эффективности, значимости, полезности; доказательство, что измеряемое свойство проявляется в определенных жизненных ситуациях, в определенных видах деятельности.

Проективная техника

группа методик, предназначенных для диагностики личности. Для них характерен глобальный подход к оценке личности, а не выявление отдельных ее черт. Наиболее существенным признаком является использование в них неопределенных стимулов, которые испытуемый должен сам дополнять, интерпретировать, развивать и т. д. При этом происходит проекция (перенос) психических свойств испытуемого на материал задания, что позволяет выявить его скрытые личностные особенности.

Профессиография

составление профессиограммы, т. е. выделение совокупности психологических и психофизиологических характеристик,

требующихся для успешного овладения профессией и работы в ней, на основе психологического изучения профессий.

Процентиль

процент испытуемых из выборки стандартизации, которые получили равный или более низкий балл, чем балл данного испытуемого. Психологическая диагностика

наука о конструировании методов оценки, измерения, классификации психологических и психофизиологических особенностей людей, а также об использовании этих методов в практических целях.

Психологическая диагностика

наука и практика постановки психологического диагноза (А. А. Бодалев, В. В. Столин)

Психологическая готовность к школьному обучению

комплекс психических качеств, необходимых ребенку для успешного начала обучения в школе.

Психометрия

область психологической диагностики, связанная с теорией и практикой измерений в психологии. Выступает как методологическая дисциплина, обосновывающая требования к измерительным психодиагностическим методам.

Психосемантика

область исследований психологии, изучающая строение, функционирование и развитие индивидуальной системы значений человека, которая опосредует процессы восприятия, памяти, мышления и пр.

Психосемантические методы диагностики

особая группа методов, направленных на изучение индивидуального сознания личности посредством анализа индивидуальных систем значений, функционирующих в обыденном со-

знании, через призму которых происходит восприятие субъектом себя и окружающих людей.

Психофизиологические методики

особый класс психодиагностических методов, выявляющих природные особенности человека, обусловленные основными свойствами его нервной системы. Индивидуальные различия, обусловленные свойствами нервной системы, не определяют психического содержания. Они находят свое проявление в формально-динамических особенностях психики и поведения человека (в быстроте, темпе, выносливости, работоспособности, помехоустойчивости и др.).

Репертуарные решетки

особый класс методик для изучения системы индивидуальных представлений, в котором в процессе диагностирования происходит заполнение матрицы (решетки) субъективными оценками определенной, предложенной психологом группы объектов (элементов).

Репрезентативность

представленность свойств более широкого множества объектов в свойствах подмножества.

Репрезентативная выборка

выборка испытуемых, вероятностные свойства которой должны совпадать или быть близкими к свойствам генеральной совокупности.

Рестандартизация

экспериментальное исследование, направленное на пересмотр тестовых норм, проводимое чаще всего вследствие переноса методики в социокультурную среду, отличную от той, для которой методика разрабатывалась, или по причине устаревания методики.

Ригидность

неготовность к изменениям программы действия в соответствии с новыми ситуационными требованиями. Различают когнитивную, аффективную и мотивационную ригидность.

Саморегуляция. Психологическая саморегуляция

целенаправленное изменение работы различных психофизиологических функций, для осуществления которого требуется формирование особых средств контроля за деятельностью.

Семантического дифференциала метод

один из способов построения субъективных семантических пространств, в котором измеряемые объекты (понятия, изображения, отдельные предметы и т. п.) оцениваются по ряду биполярных градуальных шкал, полюса которых заданы с помощью антонимов. Разработан в 1955 г. группой американских психологов во главе с Ч. Осгудом.

Социальность

общительность, контактность, чувство другого; желание быть среди других.

Социальная желательность

стремление испытуемого давать о себе социально одобряемую, желательную информацию, приводящее к ошибкам в постановке психологического диагноза.

Социально-психологический норматив

система требований, которые общество предъявляет к психическому развитию каждого из его членов; понятие введено К. М. Гуревичем.

Социометрия

метод изучения структуры группы путем взаимных оценок, которые дают члены группы друг другу по разнообразным критериям.

Способности

индивидуально-психологические особенности, определяющие успешность выполнения деятельности или ряда деятельностей, не сводящиеся к знаниям и навыкам и обуславливающие быстроту и легкость их приобретения.

Способности общие

способности, обеспечивающие успешность ряда основных, ведущих форм человеческой деятельности.

Способности специальные

индивидуально-психологические особенности, обеспечивающие успешность выполнения отдельных конкретных видов деятельности (музыкальной, математической, организаторской и т. д.).

Стандартизация

унификация процедуры проведения и оценки выполнения диагностического испытания.

Статистическая норма

средний диапазон значений на шкале измеряемого свойства. Нормой является близость значений к показателю, который характеризует статистически среднего индивида. При нормальном распределении статистическая норма описывается как среднее плюс/минус сигма, или стандартное отклонение.

Теория личностных конструктов

теория Дж. Келли, согласно которой человек исследует мир и объясняет его с помощью личностных конструктов. См. Личностный конструкт.

Теоретическая валидизация методики

доказательство, что методика измеряет именно то свойство, качество, которое она по замыслу исследователя должна измерять.

Тесты

стандартизированные и обычно краткие и ограниченные во времени испытания, предназначенные для установления количественных и качественных индивидуально-психологических различий между людьми.

Тесты достижений

тесты, направленные на оценку усвоения испытуемым конкретных знаний, умений и навыков, приобретенных в результате определенного курса обучения или тренировки.

Тесты интеллекта

особый класс тестов, направленных на измерение и оценку общего уровня когнитивного развития индивидов при решении ими широкого круга мыслительных задач.

Тесты креативности

тесты, направленные на выявление некоторых факторов творческих достижений, относящиеся к таким параметрам мышления, как гибкость, беглость, оригинальность, изобретательность.

Тесты критериально-ориентированные

особый тип тестов, предназначенных для определения содержания деятельности индивида и уровня его достижений по отношению к объективному критерию (например, требованиям, задаваемым учебной программой).

Тесты моторных способностей

тесты, предназначенные для измерения и оценки моторных характеристик, таких как точность и скорость движений, ловкость движений, координация и темп двигательных реакций,

точность распределения мышечного усилия при решении двигательных задач.

Тесты профессионализованных способностей

тесты, выявляющие индивидуально-психологические особенности, способствующие успешному выполнению определенных видов деятельности (художественной, музыкальной, канцелярской и пр.).

Тест Роршаха

проективный метод, с помощью которого проводится диагностика интеллекта, эмоциональной сферы личности, мотивов и потребностей, тревожности и фрустрированности и проч. Тест состоит из 10 картинок с изображенными на них чернильными пятнами. Разработан Г. Роршахом. Интенсивно используется в клинических целях.

Тесты, свободные от влияния культуры,

тесты интеллекта, разрабатывавшиеся с целью исключить влияние культурных различий испытуемых на результаты выполнения.

Тесты сенсорных способностей

тесты, предназначенные для измерения и оценки особенностей сенсорной сферы психики (ощущений и восприятия).

Тесты способностей

тип методик, предназначенных для оценки возможностей индивида в овладении знаниями, навыками, умениями в различных областях

математике, технике, литературе, в разнообразных видах художественных деятельности.

Тесты технических способностей

тесты, направленные на измерение и оценку психологических особенностей, проявляемых в работе с оборудованием и отдельными взаимодействующими механизмами; чаще всего под

этими особенностями подразумеваются техническое мышление и техническая осведомленность.

Толерантность

терпимость, снисходительность к чужим мнениям, верованиям, поведению, обычаям, культуре, чувствам, идеям; способность организма переносить неблагоприятное влияние того или иного фактора среды.

Формализованные методики

это такие группы методик, в основе которых лежит соблюдение достаточно строгих и сформулированных в явной форме правил. Для них характерны определенная регламентация процедуры испытания (точное соблюдение инструкций, строго определенные способы предъявления стимульного материала, невмешательство исследователя в деятельность испытуемого и др.), стандартизация (установление единообразия проведения обработки и представления результатов диагностических экспериментов), надежность и валидность.

Фрустрация

психологическое состояние, возникает в ситуации разочарования, неосуществления какой-либо значимой для человека цели, потребности.

Черта личности (диспозиция)

внутренняя, относительно устойчивая предрасположенность индивида к определенному поведению в определенном классе ситуаций, складывающаяся в силу определенных потребностей, мотивов, интересов, склонностей, установок.

Шкалирование

метод вынесения субъективных оценок объекта по какому-то признаку с использованием шкал, образованных с помощью числовых, словесных или графических градаций.

Шкалирование многомерное

процедуры количественно-статической обработки субъективных оценок, позволяющие учитывать одновременно не один

параметр одного стимула, а множество параметров многих стимулов.

Экстраверсия

преимущественная направленность личности вовне, на окружающих людей, внешние явления, события.

Эмпатия

способность эмоционально воспринять другого человека, проникнуть в его внутренний мир, принять его со всеми его мыслями и чувствами.

Учебное издание

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА СФЕР ЛИЧНОСТИ

Уральский государственный педагогический университет.
620017 Екатеринбург, пр-т Космонавтов, 26.
E-mail: uspu@uspu.me