



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»

А.П. Мережников

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА

Утверждено Редакционно-издательским советом университета
в качестве практикума

Магнитогорск
2016

Рецензенты:

Заведующий кафедрой естественных, социально-гуманитарных
и юридических дисциплин Магнитогорского филиала РАНХиГС,
кандидат философских наук, доцент

Д.А. Яковлев

Кандидат педагогических наук,
руководитель структурного подразделения
МАУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи»

И.В. Соловьева

Мережников А.П.

Психолого-педагогическая диагностика [Электронный ресурс] : практикум / Андрей Петрович Мережников ; ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова». – Изд. 2-е – Электрон. текстовые дан. (0,66 Мб). – Магнитогорск : ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова», 2016. – 1 электрон. опт. диск (CD-R). – Систем. требования : IBM PC, любой, более 1 GHz ; 512 Мб RAM ; 10 Мб HDD ; MS Windows XP и выше ; Adobe Reader 8.0 и выше ; CD/DVD-ROM дисковод ; мышь. – Загл. с титул. экрана.

Представленный практикум позволяет освоить основные методики диагностики личности, сформировать у студентов необходимые практические умения в решении задач психолого-педагогической диагностики.

Предназначено для студентов направления подготовки - 050400.62 Психолого-педагогическое образование всех форм обучения.

УДК 159.9(075)

© Мережников А.П., 2016
© ФГБОУ ВО «Магнитогорский
государственный технический
университет им. Г.И. Носова», 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ЗАНЯТИЕ 1. ОПРОСНИК МИНИ-МУЛЬТ.....	5
ЗАНЯТИЕ 2. ОПРОСНИК ФОРМАЛЬНО-ДИНАМИЧЕСКИХ СВОЙСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ.....	21
ЗАНЯТИЕ 3. ПЯТИФАКТОРНЫЙ ЛИЧНОСТНЫЙ ОПРОС- НИК.....	34
ЗАНЯТИЕ 4. ФРАЙБУРГСКИЙ ЛИЧНОСТНЫЙ ОПРОСНИК...	45
ЗАНЯТИЕ 5. ОПРОСНИК ШМИШЕКА.....	55
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	72

ВВЕДЕНИЕ

Учебный курс «Психолого-педагогическая диагностика» является составной частью комплекса дисциплин базовой части профессионального цикла подготовки студентов, обучающихся по направлению 050400.62 Психолого-педагогическое образование.

В процессе изучения данной учебной дисциплины студенты осваивают систему фундаментальных понятий психологической науки, важных для становления их профессиональной деятельности, знакомятся с методами психологического изучения личности, расширяют возможности самопознания.

Главная задача практикума — углубить знания студентов по психологии путем вовлечения их в психологические психодиагностические исследования.

В данный практикум вошли личностные опросники с учетом их значимости и апробированности в прикладной психологии, эффективности в учебном процессе.

Личностные опросники — классический образец субъективного диагностического подхода. По своей диагностической направленности в пособии представлены опросники черт личности и типологические опросники. Работая с личностными опросниками, которые были, есть и в обозримом будущем будут наиболее популярными инструментами оценки личности, каждый специалист-психолог должен четко знать, что представляют собой эти психодиагностические методики, что скрывается за их фасадом.

Поскольку практикум нацелен на учебные задачи, с одной стороны, и на ориентировку студентов в психологической реальности, которая проявляется в педагогической деятельности, - с другой, то особое внимание в нем отведено четкости описания каждой методики; приема исследования, технологии исполнения исследования и интерпретации получаемых результатов. Описание методик дано в строго одинаковой последовательности: 1) предназначение методики и цель исследования; 2) материал и оборудование, порядок работы, инструкция, текст опросника; 3) обработка результатов; 4) анализ результатов и их интерпретация.

Учебная работа студентов с методиками предполагает изучение теоретического материала по теме исследования. Это может быть материал лекций, учебных пособий, первоисточников. После знакомства с процедурой исследования, студент может приступить к проведению тестирования и, обработав результаты, сдает отчет о работе вместе с выводами и рекомендациями.

ЗАНЯТИЕ 1. ОПРОСНИК МИНИ-МУЛЬТ

Вводные замечания. Мини-мульти представляет собой модификацию теста MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory - Миннесотский многоаспектный личностный опросник), созданного в 1940-х гг. в целях профессионального отбора летчиков во время Второй мировой войны. Авторы — американские психологи И. Маккинли (Mckinley J.) и С. Хатэуэй (Hathaway S.).

MMPI является реализацией типологического подхода к изучению личности и занимает ведущее место среди других личностных опросников в психодиагностических исследованиях. Создавая MMPI, его авторы опирались, с одной стороны, на строгий квантифицированный (количественный) подход, обеспечивающий надежность и статистическую достоверность данных; с другой — на свое толкование показателей методики, которое они привязали к клинической классификации Крепеллина. Это значит, что особенности каждого испытуемого определялись степенью выраженности тех или иных свойств, которые в их максимальном выражении соответствовали определенным клиническим симптомам.

Методика в основном рассчитана на обследование взрослых лиц (от 16 до 80 лет, с образованием не ниже 6 класса средней школы), с сохранным интеллектом.

Опросник содержит 71 вопрос. «Мини-мульти» состоит из 11 шкал, 3 из которых — оценочные, измеряющие искренность испытуемого, степень достоверности результатов тестирования и величину коррекций, вносимых чрезмерной осторожностью испытуемого. Остальные 8 шкал являются базовыми и оценивают свойства личности по показателям ипохондрии (Hs), депрессии (D), истерии (Hy), психопатии (Pd), паранойальности (Pa), психастении (Pt), шизоидности (Sc), гипомании (Ma). В методике «Мини-мульти» свойства личности по показателям «мужественность — женственность» (Mf) и социальной интроверсии (Si) не определяются.

Цель занятия. Формирование навыков работы с MMPI. Изучение устойчивых индивидуальных особенностей личности.

Оснащение. Опросник с инструкцией, бланк ответного листа. Ключ ответов.

Порядок работы. Психолог кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

Инструкция. Сейчас вы ознакомитесь с утверждениями, касающимися состояния вашего здоровья и вашего характера.

Прочитайте каждое утверждение и решите, верно оно или неверно по отношению к вам.

Не тратьте времени на раздумывание. Наиболее естественно то решение, которое первым приходит в голову. На выполнение методики «Мини-мульти» время не ограничивается, однако оно не должно быть слишком большим.

Текст опросника

1. У вас хороший аппетит.
2. По утрам вы обычно чувствуете, что выспались и отдохнули.
3. В вашей повседневной жизни много интересного.
4. Вы работаете с большим напряжением.
5. Временами вам приходят в голову такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
6. У вас очень редко бывает запор.
7. Иногда вам очень хотелось уйти из дома.
8. Временами у вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
9. Временами вас беспокоит тошнота и позывы на рвоту.
10. У вас такое впечатление, что вас никто не понимает. .
11. Иногда вам хочется выругаться.
12. Каждую неделю вам снятся кошмары.
13. Вам труднее сосредоточиться, чем большинству людей.
14. С вами происходили (или происходят) странные вещи.
15. Вы достигли бы в жизни гораздо большего, если бы люди не были настроены против вас.
16. В детстве одно время вы совершали кражи.
17. Бывало, что по несколько дней, недель или целых месяцев вы ничем не могли заняться, потому что трудно было себя заставить включиться в работу.
18. У вас прерывистый и беспокойный сон.
19. Когда вы находитесь среди людей, вам слышатся странные вещи.
20. Большинство знающих вас людей не считают вас неприятным человеком.
21. Вам часто приходилось подчиняться кому-нибудь, кто знал меньше вашего.
22. Большинство людей довольны своей жизнью более, чем вы.
23. Очень многие преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
24. Иногда вы сердитесь.
25. Вам определенно не хватает уверенности в себе.

26. У вас часто бывает чувство, будто вы сделали что-то неправильное или нехорошее.

27. У вас может ухудшиться самочувствие и здоровье, если люди критикуют вас, требуют от вас слишком многого.

28. Обычно вы удовлетворены своей судьбой.

29. Некоторые так любят командовать, что вам хочется все сделать наперекор, хотя вы знаете, что они правы.

30. Вы считаете, что против вас что-то замышляют.

31. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.

32. Вас часто беспокоит желудок.

33. Часто вы не можете понять, почему накануне вы были в плохом настроении и раздражены.

34. Временами ваши мысли текли так быстро, что вы не успевали их высказать.

35. Вы считаете, что ваша семейная жизнь не хуже, чем у большинства ваших знакомых.

36. Временами вы уверены в собственной бесполезности.

37. В последние годы ваше самочувствие было в основном хорошим.

38. У вас были периоды, во время которых вы что-то делали и потом не могли вспомнить, что именно.

39. Вы считаете, что вас часто незаслуженно наказывали.

40. Вы никогда не чувствовали себя лучше, чем теперь.

41. Вам безразлично, что думают о вас другие.

42. С памятью у вас все благополучно.

43. Вам трудно поддерживать разговор с человеком, с которым вы только что познакомились.

44. Большую часть времени вы чувствуете общую слабость.

45. У вас редко болит голова.

46. Иногда вам бывало трудно сохранить равновесие при ходьбе.

47. Не все ваши знакомые вам нравятся.

48. Есть люди, которые пытаются украсть ваши идеи и мысли.

49. Вы считаете, что совершили поступки, которые нельзя простить.

50. Вы считаете, что вы слишком застенчивы.

51. Вы почти всегда о чем-нибудь тревожитесь.

52. Ваши родители часто не одобряли ваших знакомств.

53. Иногда вы немного сплетничаете.

54. Временами вы чувствуете, что вам необыкновенно легко принимать решения.

55. У вас бывает сильное сердцебиение, вы часто задыхаетесь.

56. Вы вспыльчивы, но отходчивы.
57. У вас бывают периоды такого беспокойства, что трудно усидеть на месте.
58. Ваши родители и другие члены семьи часто придираются к вам.
59. Ваша судьба никого особенно не интересует.
60. Вы не осуждаете человека, который не прочь воспользоваться в своих интересах ошибками другого.
61. Иногда вы полны энергии.
62. За последнее время у вас ухудшилось зрение.
63. Часто у вас звенит или шумит в ушах.
64. В вашей жизни были случаи (может быть, только один), когда вы чувствовали, что на вас действуют гипнозом.
65. У вас бывают периоды, когда вы необычно веселы без особой причины.
66. Даже находясь в обществе, вы обычно чувствуете себя одиноко.
67. Вы считаете, что почти каждый может солгать, чтобы избежать неприятностей.
68. Вы чувствуете острее, чем большинство других людей.
69. Временами ваша голова работает как бы медленнее, чем обычно.
70. Вы часто разочаровываетесь в людях.
71. Вы злоупотребляли спиртными напитками.

Обработка результатов

За совпадение с ключом начисляется 1 балл.

Ключ

Контрольные шкалы

Шкала лжи (L): Неверно (Н) - 5, 11, 24, 47, 53.

Шкала достоверности (F): Неверно - 22, 24, 61; Верно (В) - 9, 12, 15, 19, 30, 38, 48, 49, 59, 64, 71.

Шкала коррекции (K): Неверно - 11, 23, 31, 33, 34, 36, 40, 41, 43, 51, 56, 61, 65, 67, 69, 70.

Базисные шкалы

1. Ипохондрия (Hs): Неверно - 1, 2, 6, 37, 45; Верно - 9, 18, 26, 32, 44, 46, 55, 62, 63.

2. Депрессия (D): Неверно - 1, 3, 6, 11, 28, 37, 40, 42, 60, 65, 61; Верно - 9, 13, 11, 18, 22, 25, 36, 44.

3. Истерия (Hu): Неверно - 1, 2, 3, 11, 23, 28, 29, 31, 33, 35, 37, 40, 41, 43, 45, 50, 56; Верно - 9, 13, 18, 26, 44, 46, 55, 57, 62.

4. Психопатия (Pd): Неверно - 3, 28, 34, 35, 41, 43, 50, 65; Верно - 7, 10, 13, 14, 15, 16, 22, 27, 52, 58, 71.

6. Паранойяльность (Pa): Неверно - 28, 29, 31, 67; Верно - 5, 8, 10, 15, 30, 39, 63, 64, 66, 68.

7. Психастения (Pt): Неверно - 2, 3, 42; Верно - 5, 8, 13, 17, 22, 25, 27, 36, 44, 51, 57, 66, 68.

8. Шизоидность (Sc): Неверно - 3, 42; Верно - 5, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 30, 38, 39, 46, 57, 63, 64, 66.

9. Гипомания (Ma): Неверно - 43; Верно - 4, 7, 8, 21, 29, 34, 38, 39, 54, 57, 60.

Коррекция сырых баллов

Значение шкалы К добавляется к базиснымшкалам № 1, 4, 7, 8, 9.

К сырым баллам значения шкалы К добавляют по следующей схеме:

Шкала 1 (Hs)=Hs + (0,5*K);

Шкала 4 (Pd)=Pd+(0,4*K);

Шкала 7 (Pt)=Pt+K;

Шкала 8 (Sc)=Sc+K;

Шкала 9 (Ma)=Ma+(0,2*K);

Например: если по шкале К получено 9 баллов, то к значению шкалы № 1, исходя из таблицы, добавляют 5 баллов, к значению шкалы № 4 – 4 балла, к значениям шкал № 7 и № 8 по 9 баллов, к значению шкалы № 9 – 2 балла.

Перевод сырых баллов в Т баллы

В каждой шкале указаны сырые баллы (б) и через равенство Т-баллы (Т)

L : 0 баллов=38 Т-баллов (Т), 1 б.=46 Т, 2 б.=55 Т, 3 б.=62 Т, 4 б.=70 Т, 5 б.=79 Т.

F : 0 б.=35 Т, 1 б.=40 Т, 2 б.=46 Т, 3 б.=50 Т, 4 б.=55 Т, 5 б.=60 Т, 6 б.=65 Т, 7 б.=70 Т, 8 б.= 75 Т, 9 б.=80 Т, 10 б.=85 Т, 11 б.=90 Т, 12 б.=95 Т.

K : 0 б.=28 Т, 1 б.=31 Т, 2 б.=34 Т, 3 б.=37 Т, 4 б.=40 Т, 5 б.=42 Т, 6 б.=45 Т, 7 б.= 48 Т, 8 б.= 51 Т, 9 б.= 54 Т, 10 б.= 56 Т, 11 б.= 59 Т, 12 б.=62 Т, 13 б.=65 Т, 14 б.=67 Т, 15 б.=70 Т, 16 б.= 73 Т.

1 (Hs) : 0 б.= 26 Т, 1 б.= 28 Т, 2 б.= 32 Т, 3 б.= 35 Т, 4 б.= 38 Т, 5 б.= 42 Т, 6 б.= 45 Т, 7 б.= 48 Т, 8 б.= 52 Т, 9 б.= 55 Т, 10 б.= 58 Т, 11 б.= 61 Т, 12 б.= 65 Т, 13 б.= 68 Т, 14 б.= 71 Т, 15 б.= 75 Т, 16 б.= 78 Т, 17 б.= 81 Т, 18 б.= 84 Т, 19 б.= 87 Т, 20 б.= 91, 21 б.= 94 Т, 22 б.= 97 Т, 23 б.= 101 Т, 24 б.= 104 Т, 25 б.= 107 Т, 26 б.= 110 Т.

2 (D) : 0 б.= 24 Т, 1 б.= 28 Т, 2 б.= 31 Т, 3 б.= 35 Т, 4 б.= 39 Т, 5 б.= 42 Т, 6 б.= 46 Т, 7 б.= 50 Т, 8 б.= 54 Т, 9 б.= 57 Т, 10 б.= 61 Т, 11 б.= 65 Т, 12 б.= 70 Т, 13 б.= 72 Т, 14 б.= 76 Т, 15 б.= 80 Т, 16 б.= 84, 17 б.= 87 Т, 18 б.= 91 Т, 19 б.= 95 Т, 20 б.= 100 Т, 21 б.= 103 Т, 22 б.= 107 Т.

3 (Hy) : 2 б = 21 Т, 3 б = 25 Т, 4 б = 28 Т, 5 б = 32 Т, 6 б = 36 Т, 7 б = 40 Т, 8 б = 44 Т, 9 б = 47 Т, 10 б = 51 Т, 11 б = 55 Т, 12 б = 59 Т, 13 б = 62 Т, 14 б = 66 Т, 15 б = 70 Т, 16 б = 74 Т, 17 б = 77 Т, 18 б = 81 Т, 19 б = 84 Т, 20 б = 88 Т, 21 б = 92 Т, 22 б = 96 Т, 23 б = 100 Т, 24 б = 103 Т, 25 б = 107 Т, 26 б = 111 Т.

4 (Pd): 5 б = 20 Т, 6 б = 26 Т, 7 б = 35 Т, 8 б = 40 Т, 9 б = 44 Т, 10 б = 49 Т, 11 б = 53 Т, 12 б = 58 Т, 13 б = 63 Т, 14 б = 68 Т, 15 б = 72 Т, 16 б = 77 Т, 17 б = 82 Т, 18 б = 86 Т, 19 б = 92 Т, 20 б = 96 Т, 21 б = 101 Т.

6 (Pa): 0 б = 26 Т, 1 б = 32 Т, 2 б = 38 Т, 3 б = 43 Т, 4 б = 50 Т, 5 б = 55 Т, 6 б = 61 Т, 7 б = 66 Т, 8 б = 72 Т, 9 б = 78 Т, 10 б = 84 Т, 11 б = 89 Т, 12 б = 95 Т, 13 б = 101 Т, 14 б = 107 Т.

7 (Pt) : 7 б = 22 Т, 8 б = 26 Т, 9 б = 31 Т, 10 б = 35 Т, 11 б = 39 Т, 12 б = 43 Т, 13 б = 47 Т, 14 б = 51 Т, 15 б = 56 Т, 16 б = 60 Т, 17 б = 64 Т, 18 б = 69 Т, 19 б = 73 Т, 20 б = 77 Т, 21 б = 81 Т, 22 б = 85 Т, 23 б = 90 Т, 24 б = 94 Т, 25 б = 98 Т, 26 б = 102 Т, 27 б = 107 Т.

8 (Sc): 6 б = 24 Т, 7 б = 27 Т, 8 б = 31 Т, 9 б = 35 Т, 10 б = 38 Т, 11 б = 42 Т, 12 б = 46 Т, 13 б = 49 Т, 14 б = 52 Т, 15 б = 56 Т, 16 б = 60 Т, 17 б = 63 Т, 18 б = 67 Т, 19 б = 70 Т, 20 б = 74 Т, 21 б = 77 Т, 22 б = 81 Т, 23 б = 84 Т, 24 б = 88 Т, 25 б = 91 Т, 26 б = 95 Т, 27 б = 98 Т, 28 б = 102 Т, 29 б = 105 Т, 30 б = 110 Т.

9 (Ma): 2 б = 24 Т, 3 б = 30 Т, 4 б = 35 Т, 5 б = 40 Т, 6 б = 46 Т, 7 б = 51 Т, 8 б = 57 Т, 9 б = 62 Т, 10 б = 68 Т, 11 б = 74 Т, 12 б = 79 Т, 13 б = 85 Т, 14 б = 90 Т, 15 б = 96 Т, 16 б = 101 Т, 17 б = 107 Т.

Интерпретация результатов

По данным тестирования вычерчивается личностный профиль испытуемого. Высокими оценками для каждой из описанных выше шкал являются оценки в «сырых» баллах, превышающие их номинальные значения, соответствующие показателю 70 по шкале «Т». Низкими оценками считаются те, которые не превышают отметки 40 по шкале «Т».

Анализ профиля ММРІ

Профиль ММРІ отражает степень выраженности различных черт личности. Профиль является основной диагностической категорией ММРІ. Профили различаются по уровню, рельефу и наклону.

Уровень профиля

Уровень профиля характеризует текущее эмоциональное состояние испытуемого и степень выраженности стресса. Уровень профиля может меняться в зависимости от эмоционального напряжения. По уровню выделяют нормальные, утопленные и пограничные профили.

Нормальный уровень - значения большинства шкал лежат в диапазоне 40-60 Т-баллов - свидетельствует об отсутствии признаков стресса, состоянии эмоционального равновесия, спокойствия и уверенности, отсутствии выраженных затруднений в адаптации и симптомов стресса, высокой устойчивости к стрессу. Психологическая поддержка в этом случае не обязательна.

При усилении стресса уровень профиля вначале начинает опускаться - значения большинства шкал становятся ниже 50 Т-баллов, что может сопровождаться низкими значениями шкалы F и/ или высокими значениями шкалы K - и становится **утопленным**, что говорит о контролируемом и сдерживаемом эмоциональном напряжении. В этом случае успешная адаптация возможна при значительных затратах сил, направленных на сдерживание поведения и чрезмерный самоконтроль. Степень выраженности стресса повышена, устойчивость к стрессу снижена. Таким образом, утопленный профиль является признаком преобладания процессов торможения в состоянии человека. При этом психологическая поддержка желательна.

Наконец, еще большее усиление стресса приводит к тому, что человек начинает терять контроль над эмоциями, перестает сдерживать свое эмоциональное напряжение, что проявляется в резком повышении уровня профиля. Значения большинства шкал при этом находятся выше 60 Т-баллов, а значительное количество - выше 70 Т-баллов, что может сопровождаться высокими значениями шкалы F и/или низкими значениями шкалы K. **Пограничный** профиль говорит о чрезмерно выраженном возбуждении. Для испытуемого характерны повышенная эмоциональная напряженность, проявляющаяся в поведении, выраженные затруднения в адаптации, неудовлетворенность, высокая степень выраженности стресса, низкая устойчивость к стрессу, необходимость психологической поддержки.

Рельеф профиля

Рельеф профиля характеризует устойчивые индивидуальные особенности личности, степень выраженности различных черт. По рельефу выделяют линейные, зубчатые и пикообразные профили.

Чем более **линейным**, ровным и плоским является профиль (разность между максимальным и минимальным значениями шкал не превосходит 15-20 Т-баллов), тем в большей степени поведение человека определяется содержанием ситуации и внешними факторами, тем больше у него возможность выбора способа реагирования, тем шире его поведенческий репертуар. Для испытуемого, демонстрирующего линейный профиль, характерны: гибкость и устойчивость поведения, мышления и переживаний, адекватное отношение к себе и окружающей действитель-

ности: надежность, спокойствие, уравновешенность, целеустремленность, терпеливость; способность эффективно общаться и контролировать свое состояние и поведение, легко приспосабливаться к широкому кругу условий, решать различные задачи, переключаться с одного вида деятельности на другой в зависимости от ситуации.

При наличии подъемов профиля по отдельным шкалам можно сделать предположение о наличии привычных или предпочитаемых способов реагирования, о том, что те или иные черты личности являются более выраженными по сравнению с другими чертами.

Если количество таких подъемов достаточно велико, а именно - три и более (значения трех или более шкал более чем на 20 Т-баллов отличаются от значений по остальным шкалам), такой профиль называют **зубчатым**. При этом у испытуемого отмечается ряд выраженных черт личности, которые могут проявляться чаще других, некоторые способы поведения и переживания встречаются с большей вероятностью. Однако человек обладает достаточно большой возможностью выбора способов реагирования. Личность не является акцентуированной.

Если же подъемов только один или два (значения одной или двух шкал более чем на 20 Т-баллов превышают средний уровень других шкал), профиль называется **пикообразным**. В данном случае можно говорить о наличии определенного типа акцентуации или психопатии. Содержание поведения и переживаний определяется тем, по каким именно шкалам наблюдаются пики. В этом случае поведение человека достаточно легко можно прогнозировать.

Следует иметь в виду, что при высоком пограничном уровне профиля рельеф может быть замаскирован. Это значит, что при крайне высоком уровне эмоционального напряжения отдельные черты личности очень трудно дифференцировать. Для наглядности этого положения можно воспользоваться следующей метафорой. Уровень профиля можно сопоставить с поверхностью воды в море, которая может в определенной мере подниматься и опускаться, а рельеф - с устойчивой поверхностью морского дна. В том случае, если уровень воды невысокий, над ее поверхностью выступают острова, горы, скалы, камни и рифы. Если же вода начинает подниматься, то она может затапливать элементы твердого рельефа. Таким образом, чем более возбужден человек, чем в более напряженном состоянии он находится, тем труднее определить устойчивые индивидуальные особенности его личности, выявить черты и типы, прогнозировать его поведение в различных ситуациях.

Пограничный профиль ММРІ свидетельствует о том, что человек нуждается в психологической поддержке, коррекции состояния. Нельзя осуществлять оценку адаптационных возможностей и профессиональной пригодности, производить профориентацию и профотбор, если уровень

профиля ММРІ в данный момент является пограничным. В этом случае имеет смысл провести повторное тестирование по ММРІ через некоторое время (интервал может быть от нескольких дней до нескольких недель). Если и при этом профиль ММРІ продолжает оставаться пограничным, можно сделать вывод о том, что человек находится в состоянии хронического стресса.

Наклон профиля

В большинстве случаев профили ММРІ характеризуются отсутствием выраженного наклона влево или вправо. Однако иногда левый или правый край профиля приподняты относительно противоположного края, что может указывать на повышенную вероятность возникновения тех или иных расстройств.

О повышенной вероятности невротических расстройств свидетельствует профиль с **отрицательным** наклоном. При этом левый край профиля находится заметно выше правого края. В частности, максимальными являются значения по шкалам 1, 2, 3 (шкалы невротической триады), а также 7. Как правило, невротические расстройства связаны с болезненными эмоциональными переживаниями и не затрагивают интеллектуальной сферы человека. Человек, страдающий невротическим расстройством, обычно отдает себе отчет в неадекватности своих переживаний, но испытывает серьезные затруднения в контроле над ними и коррекции своего поведения. Для испытуемого характерно наличие эмоциональных затруднений, острых переживаний, беспокойства, тревоги, неуверенности, затруднений в общении, неприятных ощущений, соматических расстройств.

О повышенной вероятности возникновения психотических расстройств свидетельствует профиль с **положительным** наклоном, при котором максимальными являются значения шкал, расположенных в средней и правой части профиля, прежде всего, шкал 4, 6, 8 и 9 (которые получили название «шкал психотической тетрады»), что может сопровождаться высокими значениями по шкале F. Психотические расстройства проявляются преимущественно в интеллектуальной и поведенческой сфере. При этом человек редко осознает наличие тех или иных нарушений и даже может в достаточной мере испытывать эмоциональное благополучие. В большей степени он может причинять беспокойство по поводу своего поведения не себе, а окружающим. Для испытуемого характерны недостаточная адекватность понимания себя и других людей, непредсказуемость поступков, склонность к конфликтам, завышенная самооценка, беспечность, неосмотрительность, упрямство, нарушение общепринятых норм и правил поведения, возможны нарушения восприятия и мышления.

Отсутствие наклона не означает отсутствия или низкой вероятности психологических расстройств. На те или иные расстройства могут указывать как пограничный профиль, так и определенные пики или сочетания пиков. Однако при этом расстройства могут либо носить временный реактивный характер, либо быть связаны с психопатическими изменениями личности.

Описание шкал

Контрольные шкалы

Шкала L (лжи) – оценивает искренность испытуемого.

Шкала F (валидности) – выявляет недостоверные ответы: чем больше значение по этой шкале, тем менее достоверны результаты.

Шкала К (коррекции) – сглаживает искажения, вносимые чрезмерной осторожностью и контролем испытуемого во время тестирования. Высокие показатели по этой шкале говорят о неосознанном контроле поведения. Шкала (К) используется для коррекции базисных шкал, которые зависят от ее величины.

При значении больше 70 Т-баллов по контрольным шкалам результаты MMPI считаются недостоверными.

Базовые шкалы

Шкала 1 Hs (ипохондрии). При высоких значениях шкалы испытуемый:

- отличается повышенной чувствительностью, вегетативной возбудимостью, сосредоточенностью на своем самочувствии, озабоченностью состоянием своего физического здоровья, вниманием, поглощенным собственными соматическими процессами, затруднениями в контроле своих эмоций, устойчивостью по отношению к внешним воздействиям, скептическим отношением к возможностям лечения;

- стремится к покою и отдыху;
- - испытывает стресс в ситуациях перенапряжения, чрезмерных нагрузок;

- - реагирует на стресс уходом в болезнь, жалобами на состояние здоровья;

- часто испытывает чувства слабости, утомления, раздражения;
- - может восприниматься окружающими как человек капризный, придирчивый, несговорчивый, упрямый, эгоцентричный, несчастный, неудовлетворенный;

- характеризуется способностями воспринимать незаметные для других сигналы, ориентироваться в слабых раздражителях.

При низких значениях шкалы испытуемый отличается беспечным отношением к здоровью, бодростью, энергичностью.

Шкала 2 D (депрессии). При высоких значениях шкалы испытуемый:

- отличается склонностью к пониженному настроению, пессимистической оценкой своих перспектив, предъявлением к себе завышенных требований, недооценкой своей значимости и полезности, склонностью к глубоким привязанностям, преданностью своим близким и своему делу;
- стремится быть нужным кому-либо, уступать, слушаться;
- испытывает стресс в ситуациях одиночества, разрыва, утраты, собственной ненужности, повышенной ответственности;
- реагирует на стресс агрессией, направленной на самого себя, критикой и обвинением себя даже в случае незначительных ошибок и неудач (интрапунитивные реакции), снижением уровня побуждений, утратой интересов, подавленным состоянием, в отдельных наиболее тяжелых случаях - суицидальными тенденциями;
- часто испытывает чувства грусти, печали, вины, неблагополучия, безразличия, апатии, разочарования, неудачи;
- может восприниматься окружающими как человек молчаливый, серьезный, застенчивый, надежный, добросовестный;
- характеризуется способностями принимать ответственность на себя, оказывать помощь другим даже в ущерб своим собственным интересам, подчиняться.

Значение шкалы 2 может быть высоким в следующих случаях:

- дистимический тип акцентуации или психопатии как устойчивая психологическая особенность личности;
- конституциональная депрессия как хроническая форма заболевания, вызванная, как правило, определенными эндогенными причинами;
- депрессивная фаза маниакально-депрессивных расстройств. При этом наблюдается циклическая смена фаз подъема и спада настроения;
- реактивная депрессия как депрессивная форма реагирования в ответ на критическую ситуацию. В этом случае со временем можно ожидать постепенного ослабления депрессивного состояния.

В первых двух случаях уровень шкалы 2 является относительно стабильным, а в последних двух - может меняться в зависимости от состояния. Результаты ММРІ не позволяют выявить причины повышения значения данной шкалы. Для этого необходимо привлечь дополнительные данные беседы с испытуемым, наблюдения за его поведением в различных ситуациях и опроса знакомых и близких. Кроме того, повторное тестирование по ММРІ с интервалом в несколько недель или месяцев может предоставить дополнительную информацию о динамике состояния испытуемого. О депрессии свидетельствует не только высокое значение по шкале 2, но и низкое значение по шкале 9. Причем чем больше разни-

ца между шкалами 2 и 9, тем больше степень выраженности депрессивного состояния.

При низких значениях шкалы испытуемый отличается активностью, самоуважением, оптимистичностью, гипоманиакальными тенденциями даже при отсутствии повышения значения по шкале 9.

Шкала 3 Ну (истерии). При высоких значениях шкалы 3 можно говорить, что испытуемый:

- отличается быстро меняющимся настроением, легкостью возникновения и прекращения чувств, зависимостью поведения от сиюминутного настроения и ситуации, хаотичностью поведения, недостаточным пониманием своих чувств и причин поведения;

- стремится к вниманию окружающих, признанию;
- испытывает стресс в ситуациях безразличного отношения со стороны других людей;

- реагирует на стресс демонстративным поведением, рассчитанным на внешний эффект, стремлением произвести впечатление, быть в центре внимания, склонностью к притворству;

- чувства легко меняются;

- может восприниматься окружающими как человек эгоцентричный, артистичный, тщеславный, капризный, стремящийся к самолюбованию, играющий роль, недостаточно критичный к себе, незрелый;

- характеризуется способностями нравиться окружающим, производить благоприятное впечатление, быстро ориентироваться в людях, легко вступать в контакт, приспосабливаться к окружающим.

При низких значениях шкалы 3 испытуемый отличается недостаточной спонтанностью в контактах, реалистичностью, рациональностью.

Шкала 4 Pd (психопатии). При высоких значениях шкалы испытуемый:

- отличается большой силой влечений и чувств, возможностью непосредственной разрядки своего напряжения на окружающих, случающимся игнорированием интересов других людей,

- частым совершением импульсивных действий, нетерпеливостью, затруднениями в планировании, пренебрежением последствиями своих действий;

- стремится к немедленному удовлетворению своих потребностей;

- испытывает стресс в ситуациях препятствий, ожидания;

- реагирует на стресс агрессией, направленной на других людей, обвинением других (экстрапунитивные реакции), игнорированием общепринятых правил и норм поведения;

- часто испытывает чувства раздражения, гнева;

- может восприниматься окружающими как человек вспыльчивый, нетерпеливый, конфликтный, бесстрашный, недостаточно надежный и ответственный, не склонный к привязанностям;

- характеризуется способностями действовать быстро, не раздумывая, разрушать препятствия, нападать, на врага, противостоять противнику, соперничать с другими людьми.

Высокие значения данной шкалы могут быть обусловлены:

- возбудимым типом акцентуации или психопатии как устойчивой особенностью личности;

- реактивным состоянием, то есть реакцией агрессии в ответ на критическую ситуацию;

- подростковым возрастом, для которого может быть характерно импульсивное, агрессивное или асоциальное поведение.

В первом случае профиль по шкале 4 является относительно устойчивым, во втором случае может существенно меняться. Результаты ММРІ не позволяют дифференцировать подобные случаи. Поэтому их необходимо дополнять данными беседы и наблюдения, в процессе которых следует выяснять, является ли соответствующее поведение испытуемого характерным в широком круге ситуаций или оно было вызвано недавней критической ситуацией. Во втором случае при повторном тестировании по ММРІ высокие значения по данной шкале могут существенно снизиться. Что касается подросткового возраста, то для него некоторое повышение значений по шкале 4 может быть нормальным. С возрастом оно может уменьшиться.

Испытуемый, демонстрирующий низкие значения по шкале 4, отличается послушностью, стремлением соблюдать общепринятые нормы, сдержанностью.

Шкала 5 Мf (мужественности-женственности). Результат по данной шкале отражает степень идентификации с традиционной культурной и социальной ролью мужчины или женщины. Выраженные подъемы профиля отражают снижение или отсутствие такой идентификации, явные снижения - свидетельствуют о высоком уровне идентификации. Таким образом, эта шкала характеризует степень выраженности интересов и черт характера, присущих противоположному полу. Это единственная шкала, в которой отсчет баллов для различных полов производится в противоположных направлениях.

Высокие значения по данной шкале у мужчин и низкие значения у женщин свидетельствуют о преобладании у испытуемого женского стиля поведения: чувствительности к оттенкам эмоций и отношений, мягкости, сентиментальности, склонности к рефлексии и анализу поведения, торможении агрессивных импульсов, миролюбии, богатом воображении,

мечтательности, любопытстве, артистических наклонностях, эстетических интересах, склонности подчиняться, стремлении к защищенности.

Низкие значения у мужчин и высокие значения у женщин говорят о преобладании мужского стиля поведения: стремлении к доминированию и соперничеству, демонстрации силы и выносливости, агрессивности, грубости, уверенности в себе, решительности, предприимчивости, непринужденности, низкой чувствительности, недостаточном внимании к эстетическим тонкостям и оттенкам человеческих отношений, отсутствии склонности к рефлексии, преимущественном интересе к науке и технике.

Шкала 6 Ра (паранойи). При высоких значениях по данной шкале испытуемый:

- отличается длительностью переживаний, медленным угасанием эмоций, склонностью к накоплению напряжения, чувствительностью к действительным или мнимым несправедливостям, острым реагированием на ущемление своих прав, подозрительным отношением к другим, озабоченностью своим престижем, недовольством отсутствием признания;
- стремится к постоянству, превосходству и повышению своего положения;
- испытывает стресс в ситуациях быстрых изменений, периодических успехов и неудач, унижения собственного достоинства;
- реагирует на стресс критическим отношением к окружающим, обвинением других людей (экстрапунитивные реакции), предъявлением требований по отношению к ним, в отдельных наиболее тяжелых случаях бредовыми идеями – искаженными трудно корректируемыми концепциями и убеждениями, чаще всего относительно преследования или величия;
- часто испытывает чувства обиды, враждебности;
- может восприниматься окружающими как человек упрямый, мелочный, самолюбивый, эгоистичный, честолюбивый, застревающий, злопамятный;
- характеризуется способностями преодолевать препятствия и упорно достигать целей, обращать внимание на детали, не упуская из виду никаких мелочей, не доверять первому встречному, противостоять влиянию окружающих, защищать свое мнение, требовать что-то от других людей.

При низких значениях испытуемый отличается гибкостью мышления и поведения, неустойчивостью переживаний, доверчивостью.

Шкала 7 Рт (психастении). При высоких значениях шкалы испытуемый:

- отличается неуверенностью в своих возможностях, колебаниями при выборе решения, сомнениями в его правильности, стремлением его перепроверять, опасениями по поводу возможных последствий, повы-

шенным вниманием к отрицательным сигналам, стремлением обращать внимание даже на несущественные факты, учитывать и предвидеть даже маловероятные возможности, затруднениями в различении реально значимого и неважного;

- стремится к безопасности и защите, порядку и точности;
- испытывает стресс в ситуациях угрозы, новизны, неопределенности, непредсказуемости и неупорядоченности;

- реагирует на стресс ориентацией поведения на избегание неудач, отказом от действий, когда успех не представляется гарантированным, стремлением тщательно планировать свои действия, контролировать и корректировать их, склонностью держаться знакомых людей и привычных ситуаций, рационализацией - оправданием своих неудач, в отдельных наиболее тяжелых случаях навязчивыми страхами - фобиями, навязчивыми действиями - ритуалами;

- часто испытывает чувства беспокойства, тревоги, страха;
- может восприниматься окружающими как человек нерешительный, мнительный, аккуратный, предусмотрительный, осторожный;
- характеризуется способностями предварительно все обдумывать, прежде чем начать действовать, соблюдать порядок и точность, сдерживать свои чувства, выполнять однообразную деятельность.

Испытуемый, получивший по данной шкале низкий результат, отличается решительностью, уверенностью в себе.

Шкала 8 Sc (шизофрени). При высоких значениях шкалы испытуемый:

- отличается затруднениями интуитивного понимания окружающих и выражения своих чувств, отсутствием четкого представления об ожидаемом поведении, сниженным интересом к другим людям, непохожестью на других, необычностью поведения и переживаний, своеобразием восприятия и суждений, обособленностью от окружающих, избеганием социального взаимодействия, формальным характером или избирательностью контактов;

- стремится к уединению, сохранению собственной индивидуальности;

- испытывает стресс в ситуациях вынужденной близости с окружающими, непосредственного эмоционального общения, неформальных отношений;

- реагирует на стресс уходом в себя, фантазированием, установлением дистанции с окружающими;

- часто испытывает чувство одиночества;

- может восприниматься окружающими как человек странный, неестественный, непонятный, холодный в общении, замкнутый;

- характеризуется способностями оригинально мыслить, нестан-

дартно решать задачи, использовать богатое воображение, проявлять изобретательность, работать с информацией, представленной в символической форме.

При низких значениях шкалы испытуемый отличается стандартностью поведения, общительностью.

Шкала 9 Ма (гипомании). При высоких значениях испытуемый:

- отличается обычно приподнятым настроением, энтузиазмом, оптимистическим отношением к своему будущему, большим количеством планов и легкостью возникновения планов и идей, которые часто не осуществляются из-за повышенной отвлекаемости и переоценки своих возможностей, стремлением к переменам, разнообразием интересов, широкими и поверхностными контактами;

- стремится к активной деятельности и переменам;
- испытывает стресс в ситуациях однообразия, ограничения свободы, принуждения и запретов;

- реагирует на стресс вытеснением из сознания источников тревоги, игнорированием препятствий, стремлением не замечать затруднений и отрицательных сигналов, свидетельствующих о неблагополучии, отрицанием своей и чужой вины (импунитивные реакции);

- часто испытывает чувства радости, удовольствия;
- может восприниматься окружающими как человек веселый, шумный, разговорчивый, непринужденный, беззаботный и беспечный;
- характеризуется способностями постоянно действовать, легко приспособливаться к быстро меняющимся условиям, знакомиться и поддерживать контакты с широким кругом людей.

Повышение профиля по данной шкале может быть обусловлено:

- гипертимным типом акцентуации или психопатии как устойчивой особенностью личности;

- гипоманиакальной фазой маниакально-депрессивных расстройств или циклоидного типа акцентуации или психопатии.

В первом случае пик является относительно постоянным, во втором - циклически меняется. ММРІ не позволяет дифференцировать данные состояния, поэтому для более точной диагностики следует использовать либо повторное тестирование по ММРІ с интервалом от нескольких недель до нескольких месяцев, либо дополнительную беседу с испытуемым или знающими его в течение продолжительного времени людьми.

О гипертимии свидетельствуют не только повышение значения по данной шкале, но и снижение значения по шкале 2.

При низких значениях шкалы испытуемый отличается недостатком побуждений, снижением активности, легкостью возникновения чувства вины, недооценкой собственных возможностей, депрессивными тен-

денциями даже при отсутствии выраженного повышения профиля по шкале 2.

Шкала O Si (социальной интроверсии). Испытуемый, получивший высокий показатель по данной шкале, стремится к деятельности, несвязанной с общением, предпочитает узкий круг близких людей, испытывает трудности при установлении новых контактов, отличается застенчивостью.

При низких значениях шкалы испытуемый стремится к межличностным контактам, испытывает интерес к людям, имеет развитые навыки общения, обладает настолько большим числом контактов, что их осуществление слишком мимолетно и поверхностно.

Контрольные вопросы

1. Каковы особенности контрольных шкал опросника.
2. Какие особенности личности раскрывает профиль ММРІ.
3. Дайте характеристику типов личности изучаемых с помощью ММРІ.

ЗАНЯТИЕ 2. ОПРОСНИК ФОРМАЛЬНО-ДИНАМИЧЕСКИХ СВОЙСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ

Вводные замечания. В основе опросника лежит концепция биологической обусловленности формально-динамических свойств индивидуального поведения человека В.М.Русалова как частный вариант теории функционально-системной организации работы мозга П.К.Анохина (функционально-системный подход в психофизиологии).

Опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ) опирается на теоретическую модель, вытекающую из теории индивидуальности В.М. Русалова:

1. Только формально-динамические особенности психики могут быть соотнесены с биологическими особенностями человека.
2. В основе формально-динамических особенностей психики лежит не отдельная биологическая подсистема, а интегрированная совокупность всех биологических свойств человека, т.е. общая конституция.
3. Механизмом, объясняющим процесс включения биологических свойств разного уровня в формирование психодинамических свойств, является механизм системного обобщения/
4. Четвертое положение раскрывает связь между формально-динамическими образованиями психики и другими, более организованными структурами индивидуальности.

5.Пятое положение состоит в определении роли формально-динамических характеристик психики в деятельности человека.

В.М. Русалов выделяет четыре базальных свойства нервной системы:

1.Эргичность - выносливость человека, как в умственном, так и в физическом плане.

2.Пластичность - способность психики легко приспосабливаться к изменяющимся, новым условиям (в поведении, в познавательных процессах). Противоположность - ригидность.

3.Скорость - темп реакций и поведения, в котором протекают психические процессы.

4.Эмоциональность - впечатлительность, импульсивность, чувствительность к эмоциональным воздействиям и возможному несовпадению осуществляемого действия с запланированным образцом.

Цель занятия. Формирование навыков работы с ОФДСИ. Диагностика свойств «предметно-деятельностного» (психомоторная и интеллектуальная сферы) и «коммуникативного» аспектов темперамента.

Оснащение. Опросник с инструкцией, бланк ответного листа. Ключ ответов.

Порядок работы. Психолог кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

Инструкция. Вам предлагается ответить на 150 вопросов, направленных на выяснение Вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить самые типичные ситуации и дайте первый естественный ответ, который придет Вам на ум. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «плохих» и «хороших» ответов. Поставьте «крестик» или «галочку» в той графе, которая соответствует утверждению, наиболее правильно описывающему Ваше поведение:

- 1 - не характерно
- 2 - мало характерно
- 3 - довольно характерно
- 4 - характерно.

Текст опросника

- 1.Я часто испытываю потребность в движении.
- 2.Я не ищу новых решений известных проблем.
- 3.Я постоянно хочу приобретать новые знания.
- 4.В свободное время я с удовольствием занимаюсь физическим трудом.
- 5.Я быстро считаю «в уме».

6. Я сильно переживаю, когда сдам экзамен менее успешно, чем ожидал (а).

7. Я предпочитаю уединение большой компании.

8. Мне легко одновременно выполнять несколько дел, например, смотреть телевизор и читать.

9. Мне легко выполнять умственную работу, требующую длительного внимания.

10. Я переживаю, когда выполняю задание не так, как следовало бы.

11. Я - легок(ка) на подъем.

12. Я огорчаюсь, когда обнаруживаю свои ошибки при выполнении интеллектуальной работы.

13. Я легко переключаюсь с одного дела на другое, занимаясь ручной работой.

14. Я быстро решаю арифметические задачи.

15. Я без труда включаюсь в разговор.

16. Я - подвижный человек.

17. Я устаю от длительной умственной работы.

18. Я легко переключаюсь с решения одной проблемы на другую.

19. Я предпочитаю быструю ходьбу.

20. Моя речь медленна и нетороплива.

21. Я часто высказываю свое мнение, не подумав.

22. Я огорчаюсь, если мне не удастся что-то смастерить самому(ой).

23. Я люблю интеллектуальные игры, в которых требуется быстрое принятие решения.

24. Я испытываю неудобство из-за того, что у меня плохой почерк.

25. Я часто испытываю опасение от того, что могу не справиться с работой, требующей умственного напряжения.

26. Я - ранимый человек.

27. Я неохотно выполняю срочную умственную работу.

28. Я часто не могу заснуть от того, что мне не удастся найти решение какой-либо проблемы.

29. Я всегда выполняю свои обещания независимо от того, удобно мне это или нет.

30. Я огорчаюсь, поспорив с друзьями.

31. У меня портится настроение, когда я долго не могу решить какую-либо проблему.

32. Мне легко заниматься физическим трудом длительное время.

33. Я чувствовал(а) бы себя дискомфортно, если бы на длительное время был(а) бы лишен(а) возможности общения с людьми.

34. Я никогда не опаздывал(а) на свидание или на работу.

35. У меня много друзей и знакомых.
36. Я регулярно читаю о новых достижениях науки и техники.
37. Я сильно волнуюсь перед предстоящим экзаменом.
38. Обычно мои мысли текут неторопливо.
39. Мне нравится мастерить вещи своими руками.
40. Я успешно выполняю работу, требующую тонких и скоординированных движений.
41. Мне легко готовиться к нескольким экзаменам одновременно.
42. Бывает, что я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.
43. Моя речь часто опережает мои мысли.
44. Я склонен(на) преувеличивать свои неудачи, связанные с умственной деятельностью.
45. Я люблю участвовать в спортивных играх, требующих быстрых движений.
46. Во время беседы мои мысли часто перескакивают с одной темы на другую.
47. Мне легко было бы сдать два экзамена в один день.
48. Я чувствую в себе избыток интеллектуальной энергии.
49. Мне нравятся игры, требующие быстроты и ловкости движений.
50. Мне трудно говорить быстро.
51. Мне легко завязывать знакомства первым.
52. Я испытываю досаду, когда у меня не хватает ловкости для участия в спортивных играх на отдыхе.
53. Я быстро думаю, находясь в любой ситуации.
54. Работа, требующая полной отдачи умственных сил, отталкивает меня.
55. Я огорчаюсь от того, что пишу медленно и иногда не успеваю записывать необходимую информацию.
56. Я переживаю, когда меня не понимают в разговоре.
57. Я говорю свободно, без запинок.
58. Я охотно выполняю физическую работу.
59. Мне легко выполнять одновременно несколько заданий, требующих умственного напряжения.
60. Я предпочитаю заниматься работой, не требующей большой физической нагрузки.
61. Я сильно волнуюсь во время экзамена.
62. Мне требуется много времени, чтобы разобраться в той или иной проблеме.
63. Как правило, я не вступаю в общение с малознакомыми людьми.
64. Я легко обучаюсь ремеслу (рукоделию).

65. Мне нравятся задачи на «смекалку».
66. Я предпочитаю однообразную физическую работу.
67. Нередко я конфликтую с друзьями из-за того, что говорю, не подумав.
68. Я предпочитаю постоянно находиться среди людей.
69. Я пишу быстро.
70. Я быстро устаю от физической работы.
71. Я - разговорчивый человек.
72. Иногда я преувеличиваю негативное отношение к себе со стороны своих близких.
73. У меня часто портится настроение из-за того, что сделанная мною вещь оказывается не совсем удачной.
74. Я легко обижаюсь, если мне указывают на мои недостатки.
75. Во время физической работы я часто делаю перерывы для отдыха.
76. Мне нравится разнообразный ручной труд.
77. Мне легко внести оживление в компанию.
78. Я испытываю тревогу, переходя улицу перед движущимся транспортом.
79. Мне легко провести прямую линию от руки (без линейки).
80. Я могу, не раздумывая, задать вопрос незнакомому человеку.
81. Меня раздражает быстрая речь собеседника.
82. Я с удовольствием выполняю умственную работу.
83. Я считаю свои движения медленными и неторопливыми.
84. Многие считают меня физически сильным.
85. Когда я оживленно рассказываю о чем-то, я прибегаю к мимике и жестам.
86. У меня бывают мысли, которые мне не хотелось бы сообщать окружающим.
87. Для подготовки к экзаменам я трачу времени меньше, чем другие.
88. В моей речи много длительных пауз.
89. Меня огорчает то, что я физически менее развит(а), чем хотелось бы.
90. Я сильно волнуюсь перед ответственным разговором.
91. Я устаю, когда приходится долго говорить.
92. Я чувствую в себе избыток физических сил.
93. Движения моих рук быстры и стремительны.
94. Я свободно чувствую себя в большой компании.
95. Мне нравятся задачи, требующие постоянного переключения внимания.

96. Я предпочитаю задания, не связанные с большой умственной нагрузкой.

97. Я предпочитаю решить задачу до конца, прежде чем взяться за другую.

98. Даже находясь в тесном кругу друзей, я остаюсь молчаливым.

99. В работе по хозяйству я легко переключаюсь с одного дела на другое.

100. Я считаю себя мастером на все руки.

101. Я легко высказываю свои мысли в присутствии незнакомых людей.

102. Я довольно быстро выполняю физическую работу.

103. Меня огорчают незначительные ошибки, допущенные при решении какой-либо задачи.

104. Я быстро читаю вслух.

105. Я переживаю из-за того, что у меня нет достаточно выраженных способностей для овладения интересующим меня ремеслом.

106. Я основательно планирую предстоящую умственную работу, чтобы избежать возможных ошибок.

107. Я не отличаюсь оригинальностью в решении задач.

108. Меня огорчает, что я недостаточно хорошо владею ремеслом (рукоделием).

109. Я сильно волнуюсь, когда мне приходится выяснять отношения с друзьями.

110. Я нуждаюсь в людях, которые меня ободряют и утешают.

111. Я стараюсь избегать тяжелой физической работы.

112. В свободное время меня тянет пообщаться с людьми.

113. Я предпочитаю подумать и лишь потом высказаться.

114. На вечеринках и в компаниях» держусь обособленно.

115. Я без особого труда смог(ла) бы начертить сложную геометрическую фигуру.

116. В компании я обычно начинаю разговор первым.

117. Я легко воспринимаю быструю речь.

118. У меня медленные движения, когда я что-нибудь мастерю.

119. Я быстро решаю головоломки.

120. Длительная подготовка к экзаменам утомляет меня.

121. Я иногда сплетничаю.

122. Я предпочитаю выполнять физическую работу в быстром темпе.

123. Мне нравится быстро говорить.

124. Когда я выполняю работу, требующую тонкой координации движений, я испытываю некоторое волнение.

125. Я люблю бывать в больших компаниях.

126. Я не стараюсь избегать конфликтов.
127. Я способен(а) выполнять длительную физическую работу без утомления.
128. Мне приятны быстрые движения.
129. Я люблю уединение.
130. Мне легко настроиться на выполнение нового задания.
131. Мне с трудом удалось бы сделать нужную вещь своими руками.
132. Я считаю себя физически сильным человеком.
133. Я предпочитаю работу, не требующую отдачи интеллектуальных сил.
134. Мне трудно удержаться от высказывания неожиданно возникшей идеи.
135. Я с легкостью могу обратиться с просьбой к другому человеку.
136. Мне нравится работа, не требующая быстрых движений.
137. Я предпочитаю медленный, спокойный разговор.
138. Я испытываю чувство обиды от того, что окружающие меня люди, как мне кажется, обходятся со мной хуже, чем следовало бы.
139. Умственная работа для меня более привлекательна, чем физическая.
140. Обычно я дочитываю книгу до конца, прежде чем взяться за новую.
141. В ручном труде меня раздражают малейшие неполадки.
142. Я обычно медленно выполняю интеллектуальные задания.
143. Я люблю много читать.
144. Когда я что-то мастерю, я обращаю внимание даже на незначительные погрешности.
145. Многие считают, что я - довольно сообразительный человек.
146. В разговоре я легко обижаюсь по пустякам.
147. Приступая к решению даже несложной задачи, я испытываю чувство неуверенности.
148. При общении с людьми я часто чувствую себя неуверенно.
149. Я легко пересматриваю свои решения и принимаю новые.
150. Среди моих знакомых есть люди, которые мне явно не нравятся.

Обработка результатов

Перед обработкой необходимо убедиться, что ответы даны на все вопросы. Для подсчета баллов по той или иной шкале используются ключи. Вначале необходимо перекодировать некоторые ответы, указанные в ключе для данной шкалы. Подсчет баллов производится путем суммирования всех баллов по данной шкале.

Полученная сумма баллов для каждой шкалы записывается в соответствующую графу на бланке. Кроме того, в бланке обязательно фиксируется ФИО, пол, возраст испытуемого, образование, род занятий или учебы, а также дата проведения обследования.

Необходимо помнить, что испытуемые, имеющие по контрольной шкале 18 баллов и больше, из дальнейшей обработки исключаются, как не способные, в силу чрезмерной социальной желательности адекватно оценивать свое поведение.

Ключ к тесту

Эргичность психомоторная (ЭРМ): 1, 4, 32, 58, 60*, 70*, 75*, 84, 92, 111*, 127, 132.

Эргичность интеллектуальная (ЭРИ): 3, 9, 17*, 36, 48, 54*, 82, 96*, 120*, 133*, 139, 143.

Эргичность коммуникативная (ЭРК): 7*, 33, 35, 63*, 68, 77, 94, 98*, 112, 114*, 125, 129*.

Пластичность психомоторная (ПМ): 11, 13, 39, 40, 64, 66*, 76, 79, 99, 100, 115, 131*.

Пластичность интеллектуальная (ПИ): 2*, 8, 18, 41, 47, 59, 95, 97*, 107*, 130, 140*, 149.

Пластичность коммуникативная (ПК): 15, 21, 43, 46, 51, 67, 80, 101, 113*, 116, 134, 135.

Скорость психомоторная (СМ): 16, 19, 45, 49, 69, 83*, 93, 102, 118*, 122, 128, 136*.

Скорость интеллектуальная (СИ): 5, 14, 23, 27*, 38*, 53, 62*, 65, 87, 119, 142*, 145.

Скорость коммуникативная (СК): 20*, 50*, 57, 71, 81*, 85, 88*, 91*, 104, 117, 123, 137*.

Эмоциональность психомоторная (ЭМ): 22, 24, 52, 55, 73, 78, 89, 105, 108, 124, 141, 144.

Эмоциональность интеллектуальная (ЭИ): 6, 10, 12, 25, 28, 31, 37, 44, 61, 103, 106, 147.

Эмоциональность коммуникативная (ЭК): 26, 30, 56, 72, 74, 90, 109, 110, 126, 138, 146, 148.

Контрольная шкала (КШ): 29, 34, 42*, 86*, 121*, 150*.

Примечание: звездочкой (*) отмечены пункты, требующие перекодирования (1 = 4)(2 = 3)(3 = 2)(4 = 1).

Интерпретация результатов

Низкие значения (12-25 баллов). Средние значения (26-34 балла). Высокие значения (35-48 баллов).

Психомоторная сфера

Эргичность (ЭРМ). Низкие значения: Узкая сфера психомоторной деятельности, низкий мышечный тонус, нежелание физического напряжения, низкая вовлеченность в процесс деятельности, избегание работы, двигательная пассивность. Высокие значения: Высокая потребность в движении, «широкая» сфера психомоторной активности, жажда психомоторной деятельности, постоянное стремление к физическому труду, избыток физических сил, высокая мышечная работоспособность.

Пластичность (ПМ). Низкие значения: Повышенная склонность к монотонной физической работе, боязнь, избегание разнообразных форм ручного труда, стремление к шаблонным способам физической деятельности, вязкость движений. Высокие значения: Высокая гибкость при переключении с одних форм двигательной активности на другие, высокое стремление к разнообразным способам физической деятельности, плавность движений.

Скорость (СМ). Низкие значения: Заторможенность психомоторики, низкая скорость двигательных операций при выполнении ручного труда. Высокие значения: Высокий темп психомоторного поведения, высокая скорость в различных видах двигательной активности.

Эмоциональность (ЭМ). Низкие значения: Низкая чувствительность (безразличие) к расхождению между задуманным моторным действием и реальным результатом этого действия; ощущение спокойствия, уверенности в себе при выполнении физической работы, отсутствие беспокойства в случае невыполнения или плохого выполнения физической работы. Высокие значения: Высокая чувствительность (сильное эмоциональное переживание) по поводу расхождения между ожидаемым и реальным результатом ручного труда, постоянное ощущение неполноценности продукта физической работы.

Интеллектуальная сфера

Эргичность (ЭРИ). Низкие значения: Низкий уровень интеллектуальных возможностей, нежелание умственного напряжения, низкая вовлеченность в процесс, связанный с умственной деятельностью, узкий круг интеллектуальных интересов. Высокие значения: Высокий уровень интеллектуальных возможностей, высокий уровень способности к обучению, постоянное стремление к деятельности, связанной с умственным напряжением, легкость умственного побуждения.

Пластичность (ПИ). Низкие значения: Вязкость мышления, стереотипный подход к решению проблем, ригидность в решении абстрактных задач. Высокие значения: Высокая гибкость мышления, легкий переход с одних форм мышления на другие, постоянное стремление к разнообра-

зию форм интеллектуальной деятельности, творческий подход к решению проблем.

Скорость (СИ). Низкие значения: Низкая скорость умственных процессов, замедленность выполнения операций при осуществлении интеллектуальной деятельности. Высокие значения: Высокая скорость умственных процессов при осуществлении интеллектуальной деятельности.

Эмоциональность (ЭМ). Низкие значения: Низкая чувствительность (безразличие) к расхождению между ожидаемым и реальным результатом действия при выполнении умственной работы, слабое эмоциональное реагирование при неудачах, связанных с интеллектуальной деятельностью, спо-койствие, уверенность в себе. Высокие значения: Высокая чувствительность (сильное эмоциональное переживание) по поводу расхождения между ожидаемым и реальным результатом умственной работы, сильное беспокойство по поводу работы, связанной с умственным напряжением.

Коммуникативная сфера

Эргичность (ЭРК). Низкие значения: Низкая потребность в общении, социальная пассивность, «узкий» круг контактов, уход от социальных мероприятий замкнутость. Высокие значения: Высокая потребность в общении, широкий круг контактов, тяга к людям, легкость в установлении социальных связей, стремление к лидерству.

Пластичность (ПК). Низкие значения: Низкий уровень готовности к вступлению в новые социальные контакты, тщательное продумывание своих поступков в процессе социального взаимодействия, стремление к поддержанию однообразных контактов, ограниченный набор коммуникативных программ. Высокие значения: Легкость вступления в новые социальные контакты, легкость переключения в процессе общения, импульсивность в общении, широкий набор коммуникативных программ.

Скорость (СК). Низкие значения: Низкая речевая активность, медленная вербализация, речевая заторможенность. Высокие значения: Легкая и плавная речь, быстрая вербализация, высокая скорость речевой активности.

Эмоциональность. (ЭК) Низкие значения: Низкая чувствительность к, неудачам в общении, ощущение радости и уверенности в себе в процессе взаимодействия с другими людьми. Высокие значения: Высокая чувствительность (ранимость) в случае неудач в общении, ощущение постоянного беспокойства в процессе социального взаимодействия; неуверенность, раздражительность в ситуации общения.

Контрольная шкала (Кш)

Контрольная шкала варьируется от 6 до 24 баллов. При значениях от 6 до 17 баллов испытуемые характеризуются более или менее адекватным восприятием своего поведения. Испытуемые с высокими значениями по данной шкале (18-24 балла) из обработки исключаются, поскольку у них наблюдается явно неадекватная оценка поведения. В своих ответах они стремятся выглядеть лучше, чем есть на самом деле.

Индексы и типы

Для решения ряда научных и научно-практических задач необходимо учитывать не только значение того или иного отдельного формально-динамического свойства, но и индексы и темпераментальные типы, отражающие различную степень интеграции формально-динамических свойств индивидуальности. Исходя из содержания корреляционных и факторных связей между шкалами ОФДСИ, предложены следующие 6 наиболее важных индексов формально-динамических свойств человека.

Индексы активности

1. Индекс психомоторной активности (ИПА) равен сумме баллов активностных шкал в психомоторной сфере.

$$\text{ИПА} = \text{ЭРМ} + \text{ПМ} + \text{СМ}$$

ИПА варьирует от 36 до 144. Среднее значение (норма) равно 90 +/- 12, т.е. от 78 до 102.

2. Индекс интеллектуальной активности (ИИА) равен сумме баллов активностных шкал в интеллектуальной сфере.

$$\text{ИИА} = \text{ЭРИ} + \text{ПИ} + \text{СИ}$$

ИИА варьирует от 36 до 144. Среднее значение (норма) равно 90 +/- 12, т.е. от 78 до 102.

3. Индекс коммуникативной активности (ИКА) равен сумме баллов активностных шкал в коммуникативной сфере.

$$\text{ИКА} = \text{ЭРК} + \text{ПК} + \text{СК}$$

ИКА варьирует от 36 до 144. Среднее значение (норма) равно 90 +/- 12, т.е. от 78 до 102.

4. Индекс общей активности (ИОА) равен сумме баллов всех активностных шкал во всех трех сферах.

$$\text{ИОА} = \text{ИПА} + \text{ИИА} + \text{ИКА}$$

ИОА варьирует от 108 до 432. Среднее значение (норма) равно 270 +/- 36, т.е. от 234 до 306.

Индекс общей эмоциональности

5. Индекс общей эмоциональности (ИОЭ) равен сумме всех эмоциональных шкал в трех сферах.

$$\text{ИОЭ} = \text{ЭМ} + \text{ЭИ} + \text{ЭК}$$

Среднее значение (норма) равно 90 ± 12 , т.е. от 78 до 102.

Индекс общей адаптивности

6. Индекс общей адаптивности (ИОАД) равен разнице баллов между индексом общей активности и индексом общей эмоциональности.

$$\text{ИОАД} = \text{ИОА} - \text{ИОЭ}$$

Индекс варьирует в пределах от -36 до 432. Среднее значение (норма) равно 180 ± 48 .

На основании вышеприведенных индексов, можно выделить довольно большое количество вариантов темперамента, в настоящее время можно говорить о возможных 9 наиболее типичных вариантах (типах) формально-динамических свойств.

Дифференциальные типы

Для вычисления дифференциального типа темпераментального типа в определенной сфере поведения необходимо на оси ординат отложить значение индекса активности в данной сфере, а на оси абсцисс значение соответствующей эмоциональной шкалы.

- Тип 1. Если значения по обоим шкалам выше нормы, т.е. активность выше 102, а эмоциональность выше 34, данный испытуемый относится к категории «холерик» в соответствующей сфере.

- Тип 2. Если значения по обоим шкалам меньше нормы, т.е. активность меньше 70, а эмоциональность - меньше 26, то данный испытуемый - «флегматик».

- Тип 3. Если у данного испытуемого активность выше нормы (т.е. выше 102), а эмоциональность - ниже нормы (т.е. ниже 26), то этот испытуемый - «сангвиник».

- Тип 4. Если активность меньше нормы (т.е. меньше 78), а эмоциональность больше нормы, т.е. (больше 34), то испытуемый - «меланхолик» в соответствующей сфере.

- Тип 5. Если испытуемый имеет «нормальное» значение по шкале активности, а по шкале эмоциональности его значения ниже нормы (т.е. меньше 26), данный испытуемый принадлежит к «смешанному низкоэмоциональному» типу.

- Тип 6. Если испытуемый имеет «нормальное» значение по шкале активности, а по шкале эмоциональности его значения выше нормы (т.е. больше 34), данный испытуемый принадлежит к «смешанному высокоэмоциональному» типу.

- Тип 7. Если испытуемый по шкале активности имеет значение выше нормы (т.е. выше 102), а по шкале эмоциональности его значения находятся в пределах нормы, то данный испытуемый принадлежит к «смешанному высокоактивному» типу.

- Тип 8. Если испытуемый по шкале активности имеет значение ниже нормы, а по шкале эмоциональности его значения находятся в пределах нормы, то данный испытуемый принадлежит к «смешанному низкоактивному» типу.

- Тип 9. Если значения и активности и эмоциональности находятся в пределах нормы, то испытуемый принадлежит к «неопределенному» типу.

Общий тип темперамента

Вычисления общего типа проводятся аналогично вычислению дифференциального типа. Для этого на оси ординат отложить значения **ИОА** (индекса общей активности), а на оси абсцисс значение индекса **ИОЭ** (индекса общей эмоциональности). Названия типов те же, что и в случае дифференциальных типов.

Если оба значения выше нормы - «холерик», если оба значения меньше нормы - «флегматик». Если по шкале общей активности значение выше нормы, а по шкале общей эмоциональности ниже нормы - «сангвиник». Если общая активность ниже нормы, а общая эмоциональность выше нормы - «меланхолик». Если оба значения в пределах нормы - «неопределенный» тип.

Если по активности значение в пределах нормы, а по общей эмоциональности выше нормы, то - «смешанный высокоэмоциональный» тип. Если по активности значение в пределах нормы, а по общей эмоциональности ниже нормы, то - «смешанный низкоэмоциональный» тип. Если по шкале общей активности значение выше нормы, а по общей эмоциональности в пределах нормы, то - «смешанный высокоактивный» тип. Если по шкале общей активности значение ниже нормы, а по общей эмоциональности в пределах нормы, то - «смешанный низкоактивный» тип.

Контрольные вопросы

1. Раскройте основные характеристики теории индивидуальности В.М. Русалова.

2. Какие базальные свойства нервной системы выделяет В.М. Русалов?

3. Раскройте особенности предметно-деятельностного (психомоторная и интеллектуальная сферы) и коммуникативного аспектов темперамента.

ЗАНЯТИЕ 3. ПЯТИФАКТОРНЫЙ ЛИЧНОСТНЫЙ ОПРОСНИК

Вводные замечания. Пятифакторный личностный опросник, более известный как «Большая пятерка» (Big Five), разработан американскими психологами Р. МакКрае и П. Коста в 1983-1985 гг. В последующем опросник совершенствовался и в окончательном виде в 1992 г. представлен тестом NEO PI (аббревиатура от английского словосочетания: «Нейротизм, экстраверсия, открытость – личностный опросник»). По мнению Р. МакКрае и П. Коста, выделенных на основе факторного анализа пяти независимых переменных (нейротизм, экстраверсия, открытость опыту, сотрудничество, добросовестность) вполне достаточно для адекватного описания психологического портрета личности.

Большая пятёрка продолжает линию исследований, начатую Г.Олпортом, Г.Айзенком, и Р.Кеттелом, предполагавшими, что личность характеризует меру индивидуальных различий человека в степени и форме адаптации к социальной среде с учетом биологических свойств индивида.

Пятифакторная модель получает подтверждение из трех основных источников: 1) из факторного анализа огромного числа обозначений черт, встречающихся в естественном языке; 2) из связи опросников для определения черт личности с другими опросниками и оценками сторонних наблюдателей; 3) из анализа генетических (наследственных) влияний на личность.

В практикуме представлен опросник адаптированный психологами Курганского государственного университета в интерпретации А.Б. Хромова.

Цель занятия. Формирование навыков работы с многофакторным личностным опросником. Диагностика пяти факторов личности.

Оснащение. Опросник с инструкцией, бланк ответного листа. Ключ ответов.

Порядок работы. Психолог кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

Инструкция. Прочтите первое парное высказывание и определите, какое из двух альтернативных высказываний вам больше всего подходит. Если подходит высказывание, записанное слева от оценочной шкалы, то используйте для оценки этого высказывания значение «-2» или «-1». Если вам подходит правое высказывание, то оно оценивается значениями «2» или «1». Значения «-2» или «2» выбираются в том случае, если оцениваемое высказывание выражено сильно. Если это высказывание

выражено слабо (слабее), то выбирается значение «-1» или «1». В том случае, когда ни одна из альтернатив вам не подходит, а подходит нечто среднее между ними, то выбирается значение «0».

Выбранное значение по первому высказыванию записывается в бланк ответов в левую ячейку под номером 1. Таким образом, выбираются значения для всех последующих высказываний-альтернатив с записью в левые ячейки, соответствующие порядковым номерам высказываний.

Время обследования колеблется от 20 до 50 мин.

Бланк ответов:

	I		II		III		IV		V
1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
	1.1=		2.1=		3.1=		4.1=		5.1=
16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25	
26		27		28		29		30	
	1.2=		2.2=		3.2=		4.2=		5.2=
31		32		33		34		35	
36		37		38		39		40	
41		42		43		44		45	
	1.3=		2.3=		3.3=		4.3=		5.3=
46		47		48		49		50	
51		52		53		54		55	
56		57		58		59		60	
	1.4=		2.4=		3.4=		4.4=		5.4=
61		62		63		64		65	
66		67		68		69		70	
71		72		73		74		75	
	1.5=		2.5=		3.5=		4.5=		5.5=
	I=		II=		III=		IV=		V=

Текст опросника

1. Мне нравится заниматься физкультурой - Я не люблю физические нагрузки

2. Люди считают меня отзывчивым и доброжелательным человеком - Некоторые люди считают меня холодным и черствым

3. Я во всем ценю чистоту и порядок - Иногда я позволяю себе быть неряшливым

4. Меня часто беспокоит мысль, что что-нибудь может случиться - «Мелочи жизни» меня не тревожат

5. Все новое вызывает у меня интерес - Часто новое вызывает у меня раздражение
6. Если я ничем не занят, то это меня беспокоит - Я человек спокойный и не люблю суетиться
7. Я стараюсь проявлять дружелюбие ко всем людям - Я не всегда и не со всеми дружелюбный человек
8. Моя комната всегда аккуратно прибрана - Я не очень стараюсь следить за чистотой и порядком
9. Иногда я расстраиваюсь из-за пустяков - Я не обращаю внимания на мелкие проблемы
10. Мне нравятся неожиданности - Я люблю предсказуемость событий
11. Я не могу долго оставаться в неподвижности - Мне не нравится быстрый стиль жизни
12. Я тактичен по отношению к другим людям - Иногда в шутку я задеваю самолюбие других
13. Я методичен и пунктуален во всем - Я не очень обязательный человек
14. Мои чувства легко уязвимы и ранимы - Я редко тревожусь и редко чего-либо боюсь
15. Мне не интересно, когда ответ ясен заранее - Я не интересуюсь вещами, которые мне не понятны
16. Я люблю, чтобы другие быстро выполняли мои распоряжения - Я не спеша выполняю чужие распоряжения
17. Я уступчивый и склонный к компромиссам человек - Я люблю поспорить с окружающими
18. Я проявляю настойчивость, решая трудную задачу - Я не очень настойчивый человек
19. В трудных ситуациях я весь сжимаюсь от напряжения - Я могу расслабиться в любой ситуации
20. У меня очень живое воображение - Я всегда предпочитаю реально смотреть на мир
21. Мне часто приходится быть лидером, проявлять инициативу - Я скорее подчиненный, чем лидер
22. Я всегда готов оказать помощь и разделить чужие трудности - Каждый должен уметь позаботиться о себе
23. Я очень старательный во всех делах человек - Я не очень усердствую на работе
24. У меня часто выступает холодный пот и дрожат руки - Я редко испытывал напряжение, сопровождаемое дрожью в теле
25. Мне нравится мечтать - Я редко увлекаюсь фантазиями

26. Часто случается, что я руковожу, отдаю распоряжения другим людям - Я предпочитаю, чтобы кто-то другой брал в свои руки руководство

27. Я предпочитаю сотрудничать с другими, чем соперничать - Без соперничества общество не могло бы развиваться

28. Я серьезно и прилежно отношусь к работе - Я стараюсь не брать дополнительные обязанности на работе

29. В необычной обстановке я часто нервничаю - Я легко привыкаю к новой обстановке

30. Иногда я погружаюсь в глубокие размышления - Я не люблю тратить свое время на размышления

31. Мне нравится общаться с незнакомыми людьми - Я не очень общительный человек

32. Большинство людей добры от природы - Я думаю, что жизнь делает некоторых людей злыми

33. Люди часто доверяют мне ответственные дела - Некоторые считают меня безответственным

34. Иногда я чувствую себя одиноко, тоскливо и все валится из рук - Часто, что-либо делая, я так увлекаюсь, что забываю обо всем

35. Я хорошо знаю, что такое красота и элегантность - Мое представление о красоте такое же, как и у других

36. Мне нравится приобретать новых друзей и знакомых - Я предпочитаю иметь только несколько надежных друзей

37. Люди, с которыми я общаюсь, обычно мне нравятся - Есть такие люди, которых я не люблю

38. Я требователен и строг в работе - Иногда я пренебрегаю своими обязанностями

39. Когда я сильно расстроен, у меня тяжело на душе - У меня очень редко бывает мрачное настроение

40. Музыка способна так захватить меня, что я теряю чувство времени - Драматическое искусство и балет кажутся мне скучными

41. Я люблю находиться в больших и веселых компаниях - Я предпочитаю уединение

42. Большинство людей честные, и им можно доверять - Иногда я отношусь подозрительно к другим людям

43. Я обычно работаю добросовестно - Люди часто находят в моей работе ошибки

44. Я легко впадаю в депрессию - Мне невозможно испортить настроение

45. Настоящее произведение искусства вызывает у меня восхищение - Я редко восхищаюсь совершенством настоящего произведения искусства

46. «Болея» на спортивных соревнованиях, я забываю обо всем - Я не понимаю, почему люди занимаются опасными видами спорта

47. Я стараюсь проявлять чуткость, когда имею дело с людьми - Иногда мне нет дела до интересов других людей

48. Я редко делаю необдуманно то, что хочу сделать - Я предпочитаю принимать решения быстро

49. У меня много слабостей и недостатков - У меня высокая самооценка

50. Я хорошо понимаю свое душевное состояние - Мне кажется, что другие люди менее чувствительны, чем я

51. Я часто игнорирую сигналы, предупреждающие об опасности - Я предпочитаю избегать опасных ситуаций

52. Радость других я разделяю как собственную - Я не всегда разделяю чувства других людей

53. Я обычно контролирую свои чувства и желания - Мне трудно сдерживать свои желания

54. Если я терплю неудачу, то обычно обвиняю себя - Мне часто «везет», и обстоятельства редко бывают против меня

55. Я верю, что чувства делают мою жизнь содержательнее - Я редко обращаю внимание на чужие переживания

56. Мне нравятся карнавалы, шествия и демонстрации - Мне не нравится находиться в многолюдных местах

57. Я стараюсь поставить себя на место другого человека, чтобы его понять - Я не стремлюсь понять все нюансы переживаний других людей

58. В магазине я обычно долго выбираю то, что надумал купить - Иногда я покупаю вещи импульсивно

59. Иногда я чувствую себя жалким человеком - Обычно я чувствую себя нужным человеком

60. Я легко «вживаюсь» в переживания вымышленного героя - Приключения киногероя не могут изменить мое душевное состояние

61. Я чувствую себя счастливым, когда на меня обращают внимание - Я скромный человек и стараюсь не выделяться среди людей

62. В каждом человеке есть нечто, за что его можно уважать - Я еще не встречал человека, которого можно было бы уважать

63. Обычно я хорошо думаю, прежде чем действую - Я не люблю продумывать заранее результаты своих поступков

64. Часто у меня бывают взлеты и падения настроения - Обычно у меня ровное настроение

65. Иногда я чувствую себя фокусником, подшучивающим над людьми - Люди часто называют меня скучным, но надежным человеком

66. Я привлекателен для лиц противоположного пола - Некоторые считают меня обычным и неинтересным человеком

67. Я всегда стараюсь быть добрым и внимательным с каждым человеком - Некоторые люди думают, что я самонадеянный и эгоистичный

68. Перед путешествием я намечаю точный план - Я не могу понять, зачем люди строят такие детальные планы

69. Мое настроение легко меняется на противоположное - Я всегда спокоен и уравновешен

70. Я думаю, что жизнь – это азартная игра - Жизнь – это опыт, передаваемый последующим поколениям

71. Мне нравится выглядеть вызывающе - В обществе я обычно не выделяюсь поведением и модной одеждой

72. Некоторые говорят, что я снисходителен к окружающим - Говорят, что я часто хвастаюсь своими успехами

73. Я точно и методично выполняю свою работу - Я предпочитаю «плыть по течению», доверяя своей интуиции

74. Иногда я бываю настолько взволнован, что даже плачу - Меня трудно вывести из себя

75. Иногда я чувствую, что могу открыть в себе нечто новое - Я не хотел бы ничего в себе менять

Ключ к тесту

Выбранные оценочные значения высказываний переводятся в баллы:

Оценочная	-2	-1	0	1	2
Баллы	5	4	3	2	1

Суммирование балльных оценок первичных факторов по вертикали определяет количественную выраженность соответствующего основного фактора. К примеру, сумма баллов первичных факторов 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5 определяет количественную выраженность первого основного фактора «экстраверсия – интроверсия».

Таким же образом определяется количественная выраженность остальных основных факторов:

Сумма баллов первичных факторов по вертикали определяет количественную выраженность основного фактора. Минимальное количество набранных баллов для любого основного фактора равно 15, максимальное количество – 75. Условно балльные оценки можно разделить на высокие (51-75 баллов), средние (41-50 баллов) и низкие (15-40 баллов).

Интерпретация результатов

Полный перечень факторов, измеряемых опросником, следующий:

I «экстраверсия – интроверсия».

II «привязанность – обособленность»;

III «самоконтроль – импульсивность»;

IV «эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость»;

V «экспрессивность – практичность».

1. На основе анализа первичных факторов можно составить определенное представление о характерологических особенностях испытуемого. К примеру, высокие баллы (11-15) по первичному фактору 1.1 свидетельствуют об определенной активности испытуемого, низкие (-7) – о его пассивности. В каждом из первичных факторов **слева** обозначается черта личности, которая по версии «Большой пятерки» соответствует **высоким** значениям балльных оценок, **справа** же обозначается черта личности с **низкими** балльными оценками. К примеру, первичный фактор 1.2 (доминантность – подчиненность) был оценен высокими баллами (11-15). Можно констатировать, что испытуемому, по-видимому, присущ признак доминантности. Если же по этому фактору получены низкие значения (3-7 баллов), то для испытуемого скорее всего характерен признак подчиненности (конформности).

2. Ниже перечислены характерологические признаки, которые могут быть определены у испытуемого с помощью первичных факторов «Большой пятерки».

1. Экстраверсия – интроверсия

1.1. Активность - пассивность

1.2. Доминирование - подчиненность

1.3. Общительность - замкнутость

1.4. Поиск впечатлений - избегание впечатлений,

1.5. Проявление - избегание чувства вины

2. Привязанность - обособленность

2.1. Теплота - равнодушие

2.2. Сотрудничество - соперничество

2.3. Доверчивость - подозрительность

2.4. Понимание - непонимание

2.5. Уважение других - самоуважение

3. Самоконтроль - импульсивность

3.1. Аккуратность - неаккуратность (отсутствие аккуратности)

3.2. Настойчивость - отсутствие настойчивости

3.3. Ответственность - безответственность

3.4. Самоконтроль поведения - импульсивность (отсутствие самоконтроля)

- 3.5. Предусмотрительность - беспечность
- 4. Эмоциональная неустойчивость - эмоциональная устойчивость
- 4.1. Тревожность - беззаботность
- 4.2. Напряженность - расслабленность
- 4.3. Депрессивность - эмоциональная комфортность
- 4.4. Самокритика - самодостаточность
- 4.5 Эмоциональная лабильность - эмоциональная стабильность
- 5. Экспрессивность - практичность
- 5.1. Любопытство - консерватизм
- 5.2. Любознательность - реалистичность
- 5.3. Артистичность - отсутствие артистичности
- 5.4. Сенситивность - нечувствительность
- 5.5. Пластичность – ригидность

Интерпретация основных факторов

Первый фактор: «экстраверсия – интроверсия». Экстраверсия: Высокие значения по фактору определяют направленность психики человека на экстраверсию.

Типичные экстраверты отличаются общительностью, любят развлечения и коллективные мероприятия, имеют большой круг друзей и знакомых, ощущают потребность общения с людьми, с которыми можно поговорить и приятно провести время, стремятся к праздности и развлечениям, не любят себя утруждать работой или учебой, тяготеют к острым, возбуждающим впечатлениям, часто рискуют, действуют импульсивно, необдуманно, по первому побуждению.

Экстраверты беззаботны, оптимистичны и любят перемены.

У них ослаблен контроль над чувствами и поступками, поэтому они бывают склонны к вспыльчивости и агрессивности.

В работе, как правило, ориентированы на скорость выполнения задания, от однообразной деятельности у них быстрее развивается состояние монотонны. Экстраверты предпочитают работать с людьми.

В деятельности экстраверты быстрее, чем интроверты, извлекают информацию из памяти, лучше выполняют трудные задания в ситуации дефицита времени.

Экстраверты чувствуют себя бодрее вечером и лучше работают во второй половине дня. Такие люди чувствительны к поощрению.

Интроверсия: Низкие значения по фактору характерны для интровертов.

Основными особенностями интровертов являются отсутствие уверенности в отношении правильности своего поведения и невнимание к происходящим вокруг событиям; большая опора на собственные силы и

желания, чем на взгляды других людей; предпочтение абстрактных идей конкретным явлениям действительности.

Интроверты обладают ровным, несколько сниженным фоном настроения. Они озабочены своими личными проблемами и переживаниями. Такие люди обычно сдержанны, замкнуты, избегают рассказывать о себе, не интересуются проблемами других людей. Они предпочитают книги общению с людьми. Интроверты отдают предпочтение теоретическим и научным видам деятельности. В учебе они достигают более заметных успехов, чем экстраверты.

Интровертированные люди любят планировать свое будущее, всегда взвешивают свои поступки, не доверяют первым побуждениям и увлечениям, всегда строго контролируют свои чувства, редко бывают несдержанными и возбужденными. Интроверты легче переносят однообразие в деятельности, лучше работают в спокойной обстановке и в первой половине дня. Они более чувствительны к наказанию, чем к поощрению.

Второй фактор «привязанность – обособленность». Привязанность: Высокие значения по данному фактору определяют позитивное отношение человека к людям.

Такие лица испытывают потребность быть рядом с другими людьми. Как правило, это добрые, отзывчивые люди, они хорошо понимают других людей, чувствуют личную ответственность за их благополучие, терпимо относятся к недостаткам других людей.

Умеют сопереживать, поддерживают коллективные мероприятия и чувствуют ответственность за общее дело, добросовестно и ответственно выполняют взятые на себя поручения.

Взаимодействуя с другими, такие люди стараются избегать разногласий, не любят конкуренции, больше предпочитают сотрудничать с людьми, чем соперничать.

В группе такие люди, как правило, пользуются уважением.

Обособленность: Низкие оценки по фактору свидетельствуют о стремлении человека быть независимым и самостоятельным. Такие люди предпочитают держать дистанцию, иметь обособленную позицию при взаимодействии с другими. Они избегают общественных поручений, небрежны в выполнении своих обязанностей и обещаний.

Люди, имеющие низкие значения по этому фактору, холодно относятся к другим людям, часто не понимают тех, с кем общаются. Их больше волнуют собственные проблемы, чем проблемы окружающих их людей. Свои интересы они ставят выше интересов других людей и всегда готовы их отстаивать в конкурентной борьбе. Такие люди обычно стремятся к совершенству. Для достижения своих целей они используют все доступные им средства, не считаясь с интересами других людей. Люди с

такими характеристиками редко демократичным путем становятся руководителями.

Третий фактор: «самоконтроль – импульсивность». Самоконтроль (высокий самоконтроль поведения): Главным содержанием этого фактора является волевая регуляция поведения.

На полюсе высоких значений находится такие черты личности, как добросовестность, ответственность, обязательность, точность и аккуратность в делах

Такие люди любят порядок и комфорт, они настойчивы в деятельности и обычно достигают в ней высоких результатов. Они придерживаются моральных принципов, не нарушают общепринятых норм поведения в обществе и соблюдают их даже тогда, когда нормы и правила кажутся пустой формальностью

Высокая добросовестность и сознательность обычно сочетаются с хорошим самоконтролем, со стремлением к утверждению общечеловеческих ценностей, иногда в ущерб личным. Такие люди редко чувствуют себя полностью раскованными настолько, чтобы позволить себе дать волю чувствам.

Импульсивность (низкий самоконтроль поведения):

Человек, имеющий низкую оценку по этому фактору, редко проявляет в своей жизни волевые качества, он живет, стараясь не усложнять свою жизнь. Ищет «легкой жизни».

Это такой тип личности, для которого характерны естественность поведения, беспечность, склонность к необдуманным поступкам

Такой человек может недобросовестно относиться к работе, не проявляя настойчивости в достижении цели. Он не прилагает достаточных усилий для выполнения принятых в обществе требований и культурных норм поведения, может презрительно относиться к моральным ценностям. Человек, имеющий такую черту, склонен совершать асоциальные поступки. Ради собственной выгоды он способен на нечестность и обман.

Такой человек, как правило, живет одним днем, не заглядывая в свое будущее.

Четвертый фактор «эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость». Эмоциональная неустойчивость: Высокие значения по этому фактору характеризуют лиц, неспособных контролировать свои эмоции и импульсивные влечения. В поведении это проявляется как отсутствие чувства ответственности, уклонение от реальности, капризность.

Такие люди чувствуют себя беспомощными, неспособными справиться с жизненными трудностями. Их поведение во многом обусловлено ситуацией.

Они с тревогой ожидают неприятностей, в случае неудачи легко впадают в отчаяние и депрессию.

Такие люди хуже работает в стрессовых ситуациях, в которых испытывают психологическое напряжение. У них, как правило, занижена самооценка, они обидчивы и в неудачах.

Эмоциональная устойчивость: Низкие значения по этому фактору свойственны лицам самодостаточным, уверенным в своих силах, эмоционально зрелым, смело смотрящим в лицо фактам, спокойным, постоянным в своих планах и привязанностях, не поддающимся случайным колебаниям настроения.

На жизнь такие люди смотрят серьезно и реалистично, хорошо осознают требования действительности, не скрывают от себя собственных недостатков, не расстраиваются из-за пустяков, чувствуют себя хорошо приспособленными к жизни. Эмоционально устойчивые люди сохраняют хладнокровие и спокойствие даже в самых неблагоприятных ситуациях. Они чаще пребывают в хорошем расположении духа, чем в плохом.

Пятый фактор: «экспрессивность – практичность». Экспрессивность: Для человека с такой чертой характерно легкое отношение к жизни. Он производит впечатление беззаботного и безответственного, которому сложно понять тех, кто рассчитывает каждый свой шаг, отдает свои силы созданию материального благополучия. К жизни он относится как к игре, совершая поступки, за которыми окружающие видят проявление легкомыслия.

Человек, имеющий высокие оценки по этому фактору, удовлетворяет свое любопытство, проявляя интерес к различным сторонам жизни. Он легко обучается, но недостаточно серьезно относится к систематической научной деятельности, поэтому редко достигает больших успехов в науке.

Такой человек часто не отличает вымысел от реальностей жизни. Он чаще доверяет своим чувствам и интуиции, чем здравому смыслу, мало обращает внимания на текущие повседневные дела и обязанности, избегает рутинной работы. Это эмоциональный, экспрессивный, с хорошо развитым эстетическим и художественным вкусом человек.

Практичность: Человек с выраженной чертой практичности по своему складу реалист, хорошо адаптирован в обыденной жизни. Он трезво и реалистично смотрит на жизнь, верит в материальные ценности больше, чем в отвлеченные идеи.

Такой человек часто озабочен своими материальными проблемами, упорно работает и проявляет завидную настойчивость, воплощая в жизнь свои планы.

Негибкий и неартистичный, часто простой и лишенный чувства юмора в обычной жизни, он проявляет постоянство своих привычек и интересов.

Такой человек не любит резких перемен в своей жизни, он предпочитает постоянство и надежность во всем, что его окружает. Он несентиментален, поэтому его трудно вывести из равновесия, повлиять на сделанный выбор.

Ко всем жизненным событиям такой человек подходит с логической меркой, ищет рациональных объяснений и практической выгоды.

Контрольные вопросы

1. Кем разработан данный вариант опросника?
2. Какие характерологические признаки могут быть определены у испытуемого с помощью первичных факторов «Большой пятерки»?
3. Дайте содержательную характеристику каждому фактору.

ЗАНЯТИЕ 4. ФРАЙБУРГСКИЙ ЛИЧНОСТНЫЙ ОПРОСНИК

Вводные замечания. Фрайбургский личностный опросник (Freiburg Personality Inventory, FPI) – личностный опросник, созданный главным образом для прикладных исследований с учетом опыта построения и применения опросников 16PF, MMPI, EPI. Шкалы опросника сформированы на основе результатов факторного анализа и отражают совокупность взаимосвязанных факторов. Данный опросник особо популярен и наиболее часто используется в немецкоговорящих странах. В Германии наиболее применима модификация FPI-R, в то время как в России – FPI-B.

Форма В отличается от полной формы только в два раза меньшим числом вопросов. Общее количество вопросов в форме В – 114. Вопросы сформулированы в форме утверждений, на которые испытуемый должен дать ответы «да» или «нет».

Личностный опросник FPI-B создан главным образом для прикладных исследований, диагностики состояний и свойств личности, которые имеют первостепенное значение для процесса социальной адаптации и регуляции поведения.

Исследование А. А. Крылова и Л. В. Куликова, посвященное диагностике психических состояний и межличностных отношений, показало, что FPI-B позволяет производить оценку целого ряда важных личност-

ных свойств: уровня эмоциональной устойчивости, качеств коммуникативной сферы личности, экстраверсии—интраверсии. Данная методика позволяет также полнее объяснить особенности психических состояний. FPI-R был создан как личностный опросник для решения различных задач психологической диагностики. На практике он используется в областях психосоматики, психотерапии, реабилитации, диагностики хронических болезней и медицинской психологии. На его основе были разработаны Фрайбургский список заболеваний (Freiburger Beschwerdenliste, Freiburg Disorder List) и опросник удовлетворенности жизнью (Fragebogen zur Lebenszufriedenheit, questionnaire on life satisfaction).

Опросник FPI предназначен для лиц в возрасте от 16 лет и старше.

Разработка начата опросника начата немецкими психологами Фahrenбергом, Заргом, Гампелом (Jochen Fahrenberg, Rainer Hampel and Herbert Selg) в 1963 г. Первая версия опросника была опубликована в 1970 году (вторая и третья редакции изданы в 1973 и 1978 гг.) и состояла из четырех форм:

- FPI-G (полная версия - 222 утверждения)
- FPI-A и FPI-B (сокращенные версии - 114 утверждений)
- FPI-K (короткая версия).

Валидизация была проведена на выборке, составляющей 2 300 человек. В 1983 году была опубликована обновленная версия FPI-R (138 утверждений), валидизированная на выборке из западной Германии.

В 2001 году была проведена новая стандартизация опросника и была созданная новая версия FPI-R, состоящая из 138 вопросов. Для этого использовалась новая выборка, состоящая из 3 740 человек, проживающих по всей Германии.

Опросник FPI (форма B) был адаптирован и модифицирован в 1989 году на факультете психологии ЛГУ А. А. Крыловым и Т. И. Ронгинский по договору о научном сотрудничестве с Гамбургским университетом. В этой работе также принимал участие венгерский психолог Ф. Короди.

Цель занятия. Формирование навыков работы с многофакторным личностным опросником.

Оснащение. Опросник с инструкцией, бланк ответного листа. Ключ ответов.

Порядок работы. Психолог кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

Инструкция. На последующих страницах имеется ряд утверждений, каждое из которых подразумевает относящийся к Вам вопрос о том, соответствует или не соответствует данное утверждение каким-то осо-

бенностям Вашего поведения, отдельным поступкам, отношению к людям, взглядам на жизнь и т.п. Если Вы считаете, что такое соответствие имеет место, то дайте ответ «да», в противном случае — ответ «нет». Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у Вас ответном листе, поставив крестик в клеточку, соответствующую номеру утверждения в вопроснике и виду Вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.

Успешность исследования во многом зависит от того, насколько внимательно выполняется задание. Ни в коем случае не следует стремиться своими ответами произвести на кого-то лучшее впечатление, так как ни один ответ не оценивается как хороший или плохой. Вы не должны долго размышлять над каждым вопросом, а старайтесь как можно быстрее решить, какой из двух ответов, пусть весьма относительно, но все-таки кажется Вам ближе к истине. Вас не должно смущать, если некоторые из вопросов покажутся слишком личными, поскольку исследование не предусматривает анализа каждого ответа, а опирается лишь на количество ответов одного и другого вида. Кроме того, Вы должны знать, что результаты индивидуально-психологических исследований, как и медицинских, не подлежат широкому обсуждению.

Успешной Вам работы.

Текст опросника

1. Я внимательно прочел инструкцию и готов откровенно ответить на все вопросы анкеты.

2. По вечерам я предпочитаю развлекаться в веселой компании (гости, дискотека, кафе и т.п.).

3. Моему желанию познакомиться с кем-либо всегда мешает то, что мне трудно найти подходящую тему для разговора.

4. У меня часто болит голова.

5. Иногда я ощущаю стук в висках и пульсацию в области шеи.

6. Я быстро теряю самообладание, но и так же быстро беру себя в руки.

7. Бывает, что я смеюсь над неприличным анекдотом.

8. Я избегаю о чем-либо расспрашивать и предпочитаю узнавать то, что мне нужно, другим путем.

9. Я предпочитаю не входить в комнату, если не уверен, что мое появление пройдет незамеченным.

10. Могу так вспылить, что готов разбить все, что попадет под руку.

11. Чувствую себя неловко, если окружающие почему-то начинают обращать на меня внимание.

12. Я иногда чувствую, что сердце начинает работать с перебоями или начинает биться так, что, кажется, готово выскочить из груди.

13. Не думаю, что можно было бы простить обиду.
14. Не считаю, что на зло надо отвечать злом, и всегда следуя этому.
15. Если я сидел, а потом резко встал, то у меня темнеет в глазах и кружится голова.
16. Я почти ежедневно думаю о том, насколько лучше была бы моя жизнь, если бы меня не преследовали неудачи.
17. В своих поступках я никогда не исхожу из того, что людям можно полностью доверять.
18. Могу прибегнуть к физической силе, если требуется отстоять свои интересы.
19. Легко могу развеселить самую скучную компанию.
20. Я легко смущаюсь.
21. Меня ничуть не обижает, если делаются замечания относительно моей работы или меня лично.
22. Нередко чувствую, как у меня немеют или холодеют руки и ноги.
23. Бываю неловким в общении с другими людьми.
24. Иногда без видимой причины чувствую себя подавленным, несчастным.
25. Иногда нет никакого желания чем-либо заняться.
26. Порой я чувствую, что мне не хватает воздуха, будто бы я выполнял очень тяжелую работу.
27. Мне кажется, что в своей жизни я очень многое делал неправильно.
28. Мне кажется, что другие нередко смеются надо мной.
29. Люблю такие задания, когда можно действовать без долгих размышлений.
30. Я считаю, что у меня предостаточно оснований быть не очень-то довольным своей судьбой.
31. Часто у меня нет аппетита.
32. В детстве я радовался, если родители или учителя наказывали других детей.
33. Обычно я решителен и действую быстро.
34. Я не всегда говорю правду.
35. С интересом наблюдаю, когда кто-то пытается выпутаться из неприятной истории.
36. Считаю, что все средства хороши, если надо настоять . на своем.
37. То, что прошло, меня мало волнует.
38. Не могу представить ничего такого, что стоило бы доказывать кулаками.

39. Я не избегаю встреч с людьми, которые, как мне кажется, ищут ссоры со мной.
40. Иногда кажется, что я вообще ни на что не годен.
41. Мне кажется, что я постоянно нахожусь в каком-то напряжении и мне трудно расслабиться.
42. Нередко у меня возникают боли “под ложечкой” и различные неприятные ощущения в животе.
43. Если обидят моего друга, я стараюсь отомстить обидчику.
44. Бывало, я опаздывал к назначенному времени.
45. В моей жизни было так, что я почему-то позволил себе мучить животное.
46. При встрече со старым знакомым от радости я готов броситься ему на шею.
47. Когда я чего-то боюсь, у меня пересыхает во рту, дрожат руки и ноги.
48. Частенько у меня бывает такое настроение, что с удовольствием бы ничего не видел и не слышал.
49. Когда ложусь спать, то обычно засыпаю уже через несколько минут.
50. Мне доставляет удовольствие, как говорится, ткнуть носом других в их ошибки.
51. Иногда могу похвастаться.
52. Активно участвую в организации общественных мероприятий.
53. Нередко бывает так, что приходится смотреть в другую сторону, чтобы избежать нежелательной встречи.
54. В свое оправдание я иногда кое-что выдумывал.
55. Я почти всегда подвижен и активен.
56. Нередко сомневаюсь, действительно ли интересно моим собеседникам то, что я говорю.
57. Иногда вдруг чувствую, что весь покрываюсь потом.
58. Если сильно разозлюсь на кого-то, то могу его и ударить.
59. Меня мало волнует, что кто-то плохо ко мне относится.
60. Обычно мне трудно возражать моим знакомым.
61. Я волнуюсь и переживаю даже при мысли о возможной неудаче.
62. Я люблю не всех своих знакомых.
63. У меня бывают мысли, которых следовало бы стыдиться.
64. Не знаю почему, но иногда появляется желание испортить то, чем восхищаются.
65. Я предпочитаю заставить любого человека сделать то, что мне нужно, чем просить его об этом.

66. Я нередко беспокоюсь двигая рукой или ногой.
67. Предпочитаю провести свободный вечер, занимаясь любимым делом, а не развлекаясь в веселой компании.
68. В компании я веду себя не так, как дома.
69. Иногда, не подумав, скажу такое, о чем лучше бы помолчать.
70. Боюсь стать центром внимания даже в знакомой компании.
71. Хороших знакомых у меня очень немного.
72. Иногда бывают такие периоды, когда яркий свет, яркие краски, сильный шум вызывают у меня болезненно неприятные ощущения, хотя я вижу, что на других людей это так не действует.
73. В компании у меня нередко возникает желание кого-нибудь обидеть или разозлить.
74. Иногда думаю, что лучше бы не родиться на свет, как только представляю себе, сколько всяких неприятностей, возможно, придется испытать в жизни.
75. Если кто-то меня серьезно обидит, то получит свое сполна.
76. Я не стесняюсь в выражениях, если меня выведут из себя.
77. Мне нравится так задать вопрос или так ответить, чтобы собеседник растерялся.
78. Бывало, откладывал то, что требовалось сделать немедленно.
79. Не люблю рассказывать анекдоты или забавные истории.
80. Повседневные трудности и заботы часто выводят меня из равновесия.
81. Не знаю, куда деться при встрече с человеком, который был в компании, где я вел себя неловко.
82. К сожалению, отношусь к людям, которые бурно реагируют даже на жизненные мелочи.
83. Я робею при выступлении перед большой аудиторией.
84. У меня довольно часто меняется настроение.
85. Я устаю быстрее, чем большинство окружающих меня людей.
86. Если я чем-то сильно взволнован или раздражен, то чувствую это как бы всем телом.
87. Мне докучают неприятные мысли, которые назойливо лезут в голову.
88. К сожалению, меня не понимают ни в семье, ни в кругу моих знакомых.
89. Если сегодня я посплю меньше обычного, то завтра не буду чувствовать себя отдохнувшим.
90. Стараюсь вести себя так, чтобы окружающие опасались вызвать мое неудовольствие.
91. Я уверен в своем будущем.

92. Иногда я оказывался причиной плохого настроения кого-нибудь из окружающих.
93. Я не прочь посмеяться над другими.
94. Я отношусь к людям, которые за словом в карман не лезут.
95. Я принадлежу к людям, которые ко всему относятся достаточно легко.
96. Подростком я проявлял интерес к запретным темам.
97. Иногда зачем-то причинял боль любимым людям.
98. У меня нередко конфликты с окружающими из-за их упрямства.
99. Часто испытываю угрызения совести в связи со своими поступками.
100. Я нередко бываю рассеянным.
101. Не помню, чтобы меня особенно опечалили неудачи человека, которого я не могу терпеть.
102. Часто я слишком быстро начинаю досадовать на других.
103. Иногда неожиданно для себя начинаю уверенно говорить о таких вещах, в которых на самом деле мало что смыслю.
104. Часто у меня такое настроение, что я готов взорваться по любому поводу.
105. Нередко чувствую себя вялым и усталым.
106. Я люблю беседовать с людьми и всегда готов поговорить и со знакомыми и с незнакомыми.
107. К сожалению, я зачастую слишком поспешно оцениваю других людей.
108. Утром я обычно встаю в хорошем настроении и нередко начинаю насвистывать или напевать.
109. Не чувствую себя уверенно в решении важных вопросов даже после длительных размышлений.
110. Получается так, что в споре я почему-то стараюсь говорить громче своего оппонента,
111. Разочарования не вызывают у меня сколь либо сильных и длительных переживаний.
112. Бывает, что я вдруг начинаю кусать губы или грызть ногти.
113. Наиболее счастливым я чувствую себя тогда, когда бываю один.
114. Иногда одолевает такая скука, что хочется, чтобы все перессорились друг с другом.

Обработка результатов

Первая процедура касается получения первичных, или «сырых», оценок.

Ключ к тесту

За совпадение с ключом начисляется 1 балл.

Шкала I (Невротичность): Ответ «да» 4,5,12,15,22,26,31, 41,42, 57,66,72,85,86, 89,105. Ответ «нет» 49.

Шкала II (Спонтанная агрессивность): Ответ «да» 32, 35, 45, 50,64,73,77, 93,97,98, 103, 112, 114. Ответ «нет» 99.

Шкала III (Депрессивность): Ответ «да» 16,24,27, 28,30,40, 48,56, 61,74,84,87,88, 100.

Шкала IV (Раздражительность): Ответ «да» 6,10,58,69, 76,80,82,102,104,107, 110.

Шкала V (Общительность): Ответ «да» 2, 19,46,52,55,94,106. Ответ «нет» 3,8,23,53,67,71,79,113.

Шкала VI (Уравновешенность): Ответ «да» 14,21,29,37, 38,59,91,95,108,111.

Шкала VII (Реактивная агрессивность): Ответ «да» 13,17,18,36,39,43,65, 75,90, 98.

Шкала VIII (Застенчивость): Ответ «да» 9, 11,20,47,60,70,81, 83,109. Ответ «нет» 33.

Шкала IX (Открытость): Ответ «да» 7,25,34,44,51, 54,62,63,68,78,92,96, 101.

Шкала X (Экстраверсия–интроверсия): Ответ «да» 2,29,46,51, 55,76,93, 95, 106, 110. Ответ «нет» 20,87.

Шкала XI (Эмоциональная лабильность): Ответ «да» 24, 25, 40, 48, 80, 83, 84, 5,87,88, 102, 112, 113. Ответ «нет» 59.

Шкала XII (Маскулинизм–феминизм): Ответ «да» 18,29,33,50, 52,58,59, 65,91, 104. Ответ «нет» 16,20,31,47, 84.

Вторая процедура связана с переводом первичных оценок в стандартные оценки 9-балльной шкалы с помощью таблицы. Полученные значения стандартных оценок обозначаются в соответствующем столбце протокола нанесением условного обозначения (кружок, крестик или др.) в точке, соответствующей величине стандартной оценки по каждой шкале. Соединив прямыми обозначенные точки, получим графическое изображение профиля личности.

Таблица перевода сырых баллов в стандартные

Первичная оценка	Стандартная оценка по шкалам											
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	1	2	1
2	4	3	4	4	1	2	4	5	1	1	3	1
3	4	4	4	5	1	3	5	6	2	2	4	1
4	5	5	5	6	2	4	6	6	3	3	4	1
5	5	5	6	7	2	5	7	7	3	4	5	2
6	6	7	6	7	3	6	8	7	4	4	6	3
7	7	8	7	8	3	7	8	8	5	5	7	4
8	7	8	7	8	4	8	9	9	5	6	7	5
9	8	8	8	9	5	9	9	9	6	7	8	6
10	8	9	8	9	5	9	9	9	8	8	8	8
11	8	9	8	9	6	-	-	-	8	9	8	8
12	8	9	9	-	7	-	-	-	9	9	9	9
13	9	9	9	-	8	-	-	-	9	-	9	9
14	9	-	9	-	9	-	-	-	-	-	9	9
15	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9
16	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
17	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Интерпретация результатов

Анализ результатов следует начинать с просмотра всех ответных листов, заполненных исследуемыми, уточняя, какой ответ дан на первый вопрос. При отрицательном ответе, означающем нежелание испытуемого отвечать откровенно на поставленные вопросы, следует считать исследование несостоявшимся. При положительном ответе на первый вопрос, после обработки результатов исследования, внимательно изучается графическое изображение профиля личности, выделяются все высокие и низкие оценки. К низким относятся оценки в диапазоне 1-3 балла, к средним – 4–6 баллов, к высоким – 7–9 баллов.

Следует обратить особое внимание на оценку по шкале IX, имеющую значение для общей характеристики достоверности ответов. Интерпретация полученных результатов, психологическое заключение и рекомендации должны быть даны на основе понимания сути вопросов в каж-

дой шкале, глубинных связей исследуемых факторов между собой и с другими психологическими и психофизиологическими характеристиками и их роли в поведении и деятельности человека.

Опросник FPI содержит 12 шкал. Шкалы опросника I—IX являются основными, или базовыми, а X—XII – производными, или регулирующими. Производные шкалы составлены из вопросов основных шкал и обозначаются иногда не римскими цифрами, а буквами E, N, M соответственно. Ниже представлено описание шкал FPI:

Шкала I (невротичность) характеризует уровень невротизации личности. Высокие оценки соответствуют выраженному невротическому синдрому астенического типа со значительными психосоматическими нарушениями.

Шкала II (спонтанная агрессивность) позволяет выявить и оценить психопатизацию интротенсивного типа. Высокие оценки свидетельствуют о повышенном уровне психопатизации, создающем предпосылки для импульсивного поведения.

Шкала III (депрессивность) дает возможность диагностировать признаки, характерные для психопатологического депрессивного синдрома. Высокие оценки по шкале соответствуют наличию этих признаков в эмоциональном состоянии, в поведении, в отношениях к себе и к социальной среде.

Шкала IV (раздражительность) позволяет судить об эмоциональной устойчивости. Высокие оценки свидетельствуют о неустойчивом эмоциональном состоянии со склонностью к аффективному реагированию.

Шкала V (общительность) характеризует как потенциальные возможности, так и реальные проявления социальной активности. Высокие оценки позволяют говорить о наличии выраженной потребности в общении и постоянной готовности к удовлетворению этой потребности.

Шкала VI (уравновешенность) отражает устойчивость к стрессу. Высокие оценки свидетельствуют о хорошей защищенности к воздействию стресс-факторов обычных жизненных ситуаций, базирующейся на уверенности в себе, оптимистичности и активности.

Шкала VII (реактивная агрессивность) имеет целью выявить наличие признаков психопатизации экстратенсивного типа. Высокие оценки свидетельствуют о высоком уровне психопатизации, характеризующемся агрессивным отношением к социальному окружению и выраженным стремлением к доминированию.

Шкала VIII (застенчивость) отражает предрасположенность к стрессовому реагированию на обычные жизненные ситуации, протекающему по пассивно-оборонительному типу. Высокие оценки по шкале от-

ражают наличие тревожности, скованности, неуверенности, следствием чего являются трудности в социальных контактах.

Шкала IX (открытость) позволяет характеризовать отношение к социальному окружению и уровень самокритичности. Высокие оценки свидетельствуют о стремлении к доверительно-откровенному взаимодействию с окружающими людьми при высоком уровне самокритичности. Оценки по данной шкале могут в той или иной мере способствовать анализу искренности ответов обследуемого при работе с данным опросником, что соответствует шкалам лжи других опросников.

Шкала X (E) (экстраверсия – интроверсия). Высокие оценки по шкале соответствуют выраженной экстравертированности личности, низкие – выраженной интровертированности.

Шкала XI (N) (эмоциональная лабильность). Высокие оценки указывают на неустойчивость эмоционального состояния, проявляющуюся в частых колебаниях настроения, повышенной возбудимости, раздражительности, недостаточной саморегуляции. Низкие оценки могут характеризовать не только 'высокую стабильность эмоционального состояния как такового, но и хорошее умение владеть собой.

Шкала XII (M) (маскулинность – фемининность). Высокие оценки свидетельствуют о протекании психической деятельности преимущественно по мужскому типу, низкие – по женскому.

Интерпретация полученных результатов, психологическое заключение и рекомендации должны быть даны на основе понимания сути вопросов в каждой шкале, глубинных связей исследуемых факторов между собой и с другими психологическими и психофизиологическими характеристиками и их роли в поведении и деятельности человека.

Контрольные вопросы

1. Какие основные личностные сферы диагностирует опросник FPI?
2. Перечислите основные формы FPI.
3. Какие оценки свидетельствуют о достоверности результатов?

ЗАНЯТИЕ 5. ОПРОСНИК ШМИШЕКА

Вводные замечания. Опросник Шмишека - личностный опросник, который предназначен для диагностики типа акцентуации личности, является реализацией типологического подхода к ее изучению. Опубликован Г. Шмишеком (H. Schmieschek) в 1970 г.

Теоретической основой опросника является концепция «акцентуированных личностей» К. Леонгарда. В соответствии с этой концепцией все черты личности могут быть разделены на основные и дополнитель-

ные. Основные черты - стержень личности, они определяют ее развитие, процессы адаптации, психическое здоровье. При значительной выраженности основные черты характеризуют личность в целом. В случае воздействия неблагоприятных факторов они могут приобретать патологический характер, разрушая структуру личности. Личности, у которых основные черты ярко выражены, названы К. Леонгардом акцентуированными. Акцентуированные личности не следует рассматривать в качестве патологических. Это случай «заострения» определенных, присущих каждому человеку, особенностей. По К. Леонгарду, в акцентуированных личностях потенциально заложены как возможности социально положительных достижений, так и социально отрицательный заряд.

К. Леонгардом выделены 10 типов акцентуированных личностей, которые достаточно произвольно разделены на две группы: акцентуации характера (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый) и акцентуации темперамента (гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективно-экзальтированный, эмотивный).

1. Демонстративный тип. Характеризуется повышенной способностью к вытеснению.

2. Педантичный тип. Лица этого типа отличаются повышенной ригидностью, инертностью психических процессов, неспособностью к вытеснению травмирующих переживаний.

3. Застревающий тип. Характерна чрезмерная стойкость аффекта.

4. Возбудимый тип. Повышенная импульсивность, ослабление контроля над влечениями и побуждениями.

5. Гипертимический тип. Повышенный фон настроения в сочетании с оптимизмом и высокой активностью.

6. Дистимический тип. Сниженный фон настроения, пессимизм, фиксация теневых сторон жизни, заторможенность.

7. Тревожно-боязливый. Склонность к страхам, робость и пугливость.

8. Циклотимический тип. Смена гипертимических и дистимических фаз.

9. Аффективно-экзальтированный. Легкость перехода от состояния восторга к состоянию печали. Восторг и печаль — основные сопутствующие этому типу состояния.

10. Эмотивный тип. Родственен аффективно-экзальтированному, но проявления не столь бурны. Лица этого типа отличаются особой впечатлительностью и чувствительностью.

Существует два варианта данной методики:

- Взрослый вариант опросника Шмишека;
- Детский вариант опросника Шмишека.

Оба варианта состоят из одинакового количества вопросов, имеют одинаковые типы акцентуаций личности и одинаковые методы обработки результатов. Различия состоят только в формулировке вопросов, описание опросника и определение доминирующих акцентуаций характера одинаково как для взрослых, так и для детей.

В нашей стране применяются варианты для взрослых (адаптация Блейхера В.М., 1973) и для детей и подростков (модификация Крук И.В., 1975).

Цель занятия. Формирование навыков работы с опросником Шмишека. Диагностика типа акцентуации личности.

Оснащение. Опросник с инструкцией, бланк ответного листа. Ключ ответов.

Порядок работы. Психолог кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

Инструкция. Вам будут предложены утверждения, касающиеся вашего поведения и характера. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак «+» (да), если не согласны знак «-» (нет). Не раздумывайте над вопросами долго, отвечайте так, как вам кажется в настоящий момент.

Текст опросника /Взрослый вариант.

1. У вас часто беззаботное, безоблачное настроение?
2. Вы чувствительны к оскорблениям?
3. Бывает ли так, что во время тяжелого разговора вам трудно сдерживать слезы?
4. Возникает ли у вас после окончания какой-либо работы сомнения в качестве ее исполнения так, что вы прибегаете к проверке — все ли было сделано точно?
5. Были ли вы в детстве таким же смелым и отчаянным, как и ваши сверстники?
6. Часто ли у вас бывают резкие смены настроения?
7. Являетесь ли вы во время веселья центром внимания?
8. Бывает ли так, что вы без особых причин ворчливы и раздражительны так, что вас лучше не трогать?
9. Вы серьезный человек?
10. Способны ли вы восторгаться чем-либо, не замечая "темных пятен"?
11. Предприимчивы ли вы?
12. Быстро ли вы забываете обиды и оскорбления?
13. Вы снисходительный и мягкий человек?

14. Бросая письмо в почтовый ящик, вы проверяете, упало ли оно туда полностью?
15. Стремитесь ли вы всегда считаться среди лучших сотрудников?
16. Боялись ли вы в детские годы грозы или собак?
17. Беспокоит ли вас мысль о том, что вы можете не прийти на встречу вовремя?
18. Ваше настроение сильно зависит от случайных встреч и событий?
19. Любят ли вас ваши знакомые?
20. Часто ли бывает, что вы не можете или не хотите сопротивляться сильным порывам?
21. У вас часто бывает подавленное настроение?
22. Бывало ли так, чтобы вы разрыдались на людях?
23. Трудно ли вам усидеть на одном месте?
24. Если по отношению к вам несправедливо поступили, станете ли вы отстаивать свои интересы?
25. Можете ли вы резать курицу или овцу?
26. Раздражает ли вас, если скатерть или занавеска висят неровно, стараетесь ли вы ее расправить?
27. В детстве вы боялись оставаться в одиночестве дома?
28. Часто ли ваше настроение портится без видимых причин?
29. Вы хотели бы, чтобы все признали вас, как одного из лучших специалистов в своей области?
30. Вы быстро впадаете в гнев?
31. Способны ли вы быть шаловливо-веселым?
32. Бывает ли так, что ощущение счастья буквально пронизывает вас?
33. Из вас получился бы хороший ведущий в юмористической передаче?
34. Вы обычно высказываете свое мнение прямо и недвусмысленно?
35. Вам трудно переносить вид крови?
36. Нравится ли вам работа с высокой личной ответственностью?
37. Заступаетесь ли вы за людей, если видите, что по отношению к ним поступили несправедливо?
38. Вам было бы страшно спуститься в темный подвал?
39. Выполняете ли вы кропотливую черную работу так же медленно и тщательно, как и любимое вами дело?
40. У вас широкий круг общения?
41. В школе вы охотно декламировали стихи?
42. Убегали ли вы в детстве из дома?
43. Кажется ли вам жизнь трудной?

44. Случалось ли вам так расстроиться из-за какого-то конфликта, что пойти на работу казалось невыносимым?
45. Можно ли сказать, что при неудаче вы сохраняете чувство юмора?
46. Предпринимаете ли вы первым шаги к примирению, если вас обидел кто-то?
47. Вы очень любите животных?
48. Случалось ли вам настолько беспокоиться из-за того, плотно ли вы прикрыли дверь, выключили ли электричество, что вы возвращались домой с полдороги?
49. Преследуют ли вас мысли о том, что с вами или с вашими близкими может случиться что-то страшное?
50. Зависит ли ваше настроение от погоды?
51. Трудно ли вам выступать перед большой аудиторией?
52. Можете ли вы ударить обидчика, если он оскорбит вас?
53. Вы скучаете без шумной компании?
54. Вы относитесь к тем, кто из-за разочарования впадает в полное отчаяние?
55. Вы сумеете организовать свое дело?
56. Если на вашем пути встречаются препятствия, вы становитесь еще упорнее в достижении своей цели?
57. Может ли трагический фильм взволновать вас до слез?
58. Часто ли бывает, что мысли о том, что случилось в прошедший день, или о том, что вас ожидает завтра, мешают вам уснуть?
59. Вы часто подсказывали товарищам в классе или давали им списывать?
60. Вам было бы очень страшно пройти ночью по темной улице?
61. Вы тщательно следите за тем, чтобы каждая вещь в доме лежала на своем месте?
62. Случалось ли так, что, ложась спать в отличном настроении, вы просыпались разбитым и мрачным?
63. Вы легко знакомитесь с людьми?
64. Бывают ли у вас такие головные боли, что голова просто раскалывается?
65. Часто ли вы смеетесь?
66. Можете ли вы быть приветливым с неприятным для вас человеком настолько, что никто не догадается о вашем истинном к нему отношении?
67. Вы деятельный человек?
68. Вы сильно страдаете, когда совершается несправедливость?
69. Вы страстный любитель природы?

70. Перед тем, как лечь спать, вы тщательно проверяете, закрыты ли все окна и двери, выключен ли повсюду свет?
71. Вы пугливый человек?
72. Если вы примете алкоголь, ваше настроение может резко измениться?
73. Вам нравится принимать участие в художественной самодеятельности?
74. Вы не ждете от будущего чудес?
75. Часто ли вам хочется бросить все дела и уехать далеко от дома?
76. Вы смеетесь так, словно в рот попала смешинка?
77. Легко ли вы можете поднять настроение коллегам по работе?
78. Долго ли вы переживаете обиду?
79. Переживаете ли вы долго горести других людей?
80. В школьные годы вы часто переписывали страницу из-за помарок в тетради?
81. По отношению к большинству людей вы скорее осторожны, чем доверчивы?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Возникала ли у вас мысль против воли броситься из окна, под приближающийся поезд?
84. Становитесь ли вы радостным в веселом окружении?
85. Легко ли вы можете отвлечься от обременительных вопросов и не думать о них?
86. Трудно ли вам сдержать себя, если вы разозлитесь?
87. Предпочитаете ли вы молчать (да), или вы словоохотливы (нет)?
88. Могли бы вы, если пришлось бы участвовать в театральном представлении, с полным проникновением и перевоплощением войти в роль и забыть о себе?

Обработка результатов

Производится подсчет ответов, совпадающих с Ключом по каждой шкале, характеризующей акцентуированную черту.

Сумма баллов по каждой из основных шкал умножается на соответствующий коэффициент, указанный в Ключе. Максимально возможное значение набранных баллов – 24.

Ключ

Гипертимность (Г). Ответы «да»: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77. Коэффициент: 3.

Дистимность (Ди). Ответы «да»: 9, 21, 43, 74, 87. Ответы «нет»: 31, 53, 65. Коэффициент: 3.

Циклотимность (Ц). Ответы «да»: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84. Коэффициент: 3.

Возбудимость (В). Ответы «да»: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 75, 86. Коэффициент: 3.

Застревание (З). Ответы «да»: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81. Ответы «нет»: 12, 46, 59. Коэффициент: 2.

Эмотивность (Эм). Ответы «да»: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79. Ответы «нет»: 25. Коэффициент: 3.

Экзальтированность (Эк). Ответы «да»: 10, 32, 54, 76. Коэффициент: 6.

Тревожность (Т). Ответы «да»: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82. Ответы «нет»: 5. Коэффициент: 3.

Педантичность (П). Ответы «да»: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83. Ответы «нет»: 36. Коэффициент: 2.

Демонстративность (Де). Ответы «да»: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88. Ответы «нет»: 51. Коэффициент: 2.

Интерпретация результатов

Результат умножения на коэффициент рассматривается исходя из 4-х уровней выраженности акцентуированной черты:

- низкие значения – 0...6 баллов;
- средние значения – 7...12 баллов;
- значения выше среднего – 13...18 баллов;
- высокие значения – 19...24 балла (акцентуация).

По некоторым источникам, признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Другие же на основании практического применения опросника считают, что сумма баллов в диапазоне от 15 до 19 говорит лишь о тенденции к тому или иному типу акцентуации. И лишь в случае превышения 19 баллов черта характера является акцентуированной. По результатам обработки вычерчивается профиль в форме графика, который является основой последующего анализа.

Общая форма графика. Анализ результатов следует начинать, исходя из общей формы графика, обращая внимание на то, как расположились полученные показатели относительно нижнего и верхнего предела нормы (7...18 баллов).

Среди многочисленных вариантов расположения показателей наибольший интерес представляют следующие.

1. Все или практически все точки на графике оказались в зоне низких значений (0...6 баллов). В этом случае есть два направления интерпретации данных.

Во-первых, полученные показатели могут характеризовать личность, которая всеми силами хочется показаться социально нормативной, «хорошей», как ей это кажется. Обычно такие люди демонстрируют сниженную самокритичность, ведут себя претенциозно, неискренни, иногда оказываются демонстративными особами. Наблюдая их дополнительно, можно прийти именно к такому выводу. В этом случае данные о чертах характера обследуемого недостоверны, хотя они дали определенную информацию.

Во-вторых, подобные результаты может дать пассивный человек, который старается быть неприметным и не стремится к высоким достижениям. Такой человек вряд ли станет хозяином своей судьбы, лидером в коллективе, предпринимателем или борцом за идеи. Скорее, он окупнется в мистику, веру в Бога, чем станет решительно менять свою судьбу. Исследования позволяют утверждать, что подобные люди не могут противостоять трудным жизненным обстоятельствам.

2. Большинство значений акцентуированных черт характера оказались на уровне или выше 19-ти баллов. По всей вероятности, перед нами сложный в общении человек, со многими «острыми» углами, но, безусловно – это яркая личность. Если отдельные черты достигли отметки 22 и выше баллов, то налицо явные акцентуации, что, как правило, является признаком коммуникативных проблем.

3. Графическая кривая имеет отчетливый «зубчатый» профиль – высокие и низкие показатели чередуются. Такой график встречается чаще всего и требует особого внимания при интерпретации, ибо за отдельными показателями может скрываться как вполне адекватный, «живой» человек, со своими характерологическими достоинствами и недостатками, так и человек, весьма проблемный в коммуникативном и воспитательном плане.

4. На общем «ровном» фоне средних и низких показателей выделяется одно ярко выраженное значение, либо значение, попадающее в зону выше среднего. В этом случае можно вести речь о выраженном типе акцентуации, либо о склонности вести себя в соответствии с основными характеристиками этого типа. Подробное описание каждого типа дано в разделе 4 данного пособия.

5. На общем «ровном» фоне средних и низких показателей выделяется несколько (2 или 3) ярко выраженных значений, либо значений, попадающих в зону выше среднего. В этом случае необходимо обратиться к описанию сочетаний черт.

Специфические группы показателей

При анализе отдельных сочетаний черт, в первую очередь, следует обратить внимание на две группы показателей.

1. Акцентуации, в основе которых лежат энергодинамические проявления – гипертимность, циклотимность, демонстративность.

Если все показатели по соответствующим шкалам ниже 7-ми баллов, то это – свидетельство недостатка энергетических ресурсов, необходимых для активной деятельности. Если эти показатели превышают пределы 18-ти баллов, мы имеем дело с личностью, обладающей мощными жизненными силами.

2. Акцентуации, в основе которых лежат эмоции и чувства, – застревание, возбудимость, эмотивность, тревожность, экзальтированность.

Если все или почти все показатели этих акцентуаций ниже 7-ми баллов, это свидетельствует об отсутствии выразительных реакций на происходящее, что, как правило, приводит к низкой контактности с окружающими.

Если многие из обозначенных характеристик оказались выше 18-ти баллов, то мы имеем дело с прямо противоположной личностью, у которой эмоционально-чувственная жизнь настолько разнообразна, что становится неподвластной разуму. Естественно, у нее возникают коммуникативные проблемы, поскольку эмоции и чувства могут проявляться слишком ярко и неадекватно ситуациям.

Общее описание

Застрывающий тип (честолюбие, обидчивость, целеустремленность). Характеризуется склонностью долго переживать сильные чувства: обиду, гнев, страх, особенно, когда они не были выражены в реальной жизни из-за каких-либо внешних обстоятельств. Эти чувства могут не затухать или вспыхивать с новой силой спустя недели, месяцы, даже годы. Свои успехи человек с данным типом акцентуации может переживать тоже довольно долго и ярко. Самыми распространенными поводами для застревания являются: ревность, зависть, несправедливость, непризнанные инициативы или изобретения.

Настойчивый, упорный человек, противится изменениям, трудно переключается на другую ситуацию в процессе деятельности. Остро реагирует на несправедливость (действительную и мнимую), часто проявляет недоверчивость.

Этому типу свойственно честолюбие, которое может проявляться, как положительная черта (успехи достигаются усердием), и как отрицательная черта (если честолюбие удовлетворяется принижением других людей или использованием их в своих интересах).

Отличается выдающимися достижениями в различных областях, так как искренне и с увлечением ищет удовлетворения от осуществления своих личных планов. Стремится превзойти других, при этом ему нужно

реальное уважение и признание окружающих, которых он пытается добиться любым путем.

Профессиональные особенности. Достигает высоких результатов в выбранной сфере (производственной, творческой) деятельности. Обладает способностью эффективно работать в любых условиях. Отличается целеустремленностью, активностью, высоким стремлением к профессиональным достижениям и карьерному росту.

Демонстративный тип (артистичность, склонность к манипулированию). Общительный и обходительный человек. Проявляет артистичность, неординарность в мышлении и поступках, стремится ко всему яркому, нестандартному. Отличается способностью к самовнушению, и как следствие, – умением оказывать влияние на окружающих, в том числе вызывать расположение и доверие к себе.

Легко устанавливает контакт, стремится к лидерству. Умеет видеть и получать собственные преимущества в самых неблагоприятных условиях. Отличается склонностью к интригам при внешней мягкости общения.

Для демонстративного человека характерны такие чувства как зависть и ревность. Чужой успех он часто расценивает как собственную неудачу. При этом может обвинять окружающих в том, что его недооценили. Может раздражать окружающих своей самоуверенностью, высоким уровнем притязаний. Систематически провоцирует конфликты, при этом активно защищается.

Демонстративной личности необходимо внимание всех окружающих, которое она стремится получить любой ценой. Один из наиболее распространенных способов добиться внимания состоит в блестящей презентации себя и своих способностей (независимо от реального уровня их развития). Даже если в учебном заведении успехи такого человека скромны, обладая хорошей памятью, он может подготовиться к экзаменам и произвести нужное впечатление на экзаменатора.

Профессиональные особенности. Демонстративные личности добиваются успеха в тех областях, где на первое место выступает проблема оперативной ориентировки в непредсказуемой ситуации, в творческих, коммуникативных профессиях.

Стремление к неординарности, внешним эффектам в сочетании с решительностью, артистизмом, обаянием делает их незаменимыми сотрудниками в области ведения переговоров, например, для создания и поддержания имиджа компании.

Их трудовая жизнь может быть связана с профессиями искусства не из-за того, что они очень талантливы, а из-за престижа и постоянной возможности быть на виду. Помимо удовлетворения тщеславия очень

важны и высокие гонорары, которые расцениваются как признание исключительных заслуг и таланта.

В современных условиях демонстративных личностей может привлекать, к примеру, торгово-посредническая деятельность. При этом ничего не надо самому создавать, только рекламировать товар, перепродавать. Этим обеспечивается быстрый темп деятельности, личность находится все время на виду, может получать немалые прибыли.

Педантичный тип (аккуратность, избегание высокой ответственности). Отличается преувеличенной приверженностью к определенному порядку. Обычно жестко следует плану, а при его нарушении испытывает раздражение. Противится изменениям, так как ему трудно переключаться на что-либо новое. Придает большое значение внешней стороне дела и мелочам, требует того же от других. Такие особенности педантичных людей определяются их стремлением постоянно контролировать ситуацию, попыткам подчинить своей воле независимые от них обстоятельства.

Если поведение педантичной личности не выходит за разумные пределы, то это является преимуществом в деловых вопросах. Основательность, четкость, законченность, добросовестность – вот черты, помогающие в работе педантичному человеку. Педантическая скрупулезность часто выражается не только в высоких деловых качествах, но в усиленной заботе о своем здоровье. При умеренном проявлении это положительное качество. Педантичный человек осторожен, не употребляет или мало употребляет алкоголь, не курит.

Педантичность может проявляться не во всех сферах (например, мужчина может заботу о порядке в доме «отдавать на откуп жене», как более компетентной).

Профессиональные особенности. В условиях профессиональной деятельности проявления педантичности необходимы, чрезвычайно ценны. Лица с развитой педантичностью добросовестны, аккуратны, подвергают тщательному и всестороннему анализу свою деятельность, достойны высокого доверия руководства, коллег. Не претендуют на лидерство, являются надежными партнерами в бизнесе. Такие люди хорошо осознают ответственность по отношению к делу, которое им поручено, к месту работы, которое предпочитают не менять в течение длительного времени или на протяжении всей трудовой жизни.

Несмотря на перечисленные достоинства педантичных людей, крайние проявления данного типа могут создавать проблемы в работе. Так, стремление к совершенству в деталях там, где это не важно для дела, может приводить к конфликтам с коллегами. Кроме того, такая позиция приводит к постоянному внутреннему напряжению, не позволяет рассла-

биться и отключиться от рабочих проблем. Прежде чем сдать работу, педантические личности по 2–3 раза проверяют себя. Конец рабочего дня для них не означает конца работы. Ложась спать, они долго обдумывают, «как все сегодня получилось», а иногда, забегая вперед, начинают заранее переживать и завтрашний день.

Невозможность все выполнить так, как требует их добросовестность, ограничивает возможности педантических личностей в карьерном росте. Они, как правило, не только не стремятся к повышению по службе, но даже отказываются в тех случаях, когда им предлагают более ответственную высокооплачиваемую должность. Для них более приемлемо вообще снять с себя ответственность за порученное дело, чем пытаться справиться с ним неполноценно.

Возбудимый тип (низкий самоконтроль, импульсивность, конфликтность). Возбудимость связана, прежде всего, с повышенной реактивностью нервной системы, импульсивностью, склонностью к необдуманным поступкам.

Слова и действия окружающих, воздействия внешних обстоятельств вызывают у возбудимого человека столь сильные впечатления, что мышление не успевает их всесторонне оценить и найти оптимальный вариант реагирования. У возбудимой личности затруднено восприятие чужих мыслей, поэтому часто приходится прибегать к долгим и детальным объяснениям, для того чтобы добиться понимания с ее стороны.

Возбудимая личность часто выражает недовольство, проявляет раздражительность, резкость и грубость в ответ на критику, на ущемление личных интересов и потребностей. В состоянии крайнего аффекта возбудимый человек может проявлять не только словесную, но и физическую агрессию, о чем потом нередко сожалеет. Многие из таких людей прямо утверждают, что в состоянии запальчивости не способны сдерживаться, другие говорят об этом не так откровенно, но самих фактов не отрицают.

Нередко слишком возбудимые люди неразборчивы в еде и питье, часто становятся «героическими» алкоголиками, рано начинают половую жизнь.

Такие люди часто угрюмы на вид. На вопросы отвечают крайне скупое. Неумение управлять собой приводит к многочисленным конфликтам.

Профессиональные особенности. Физическая работа, экстремальные условия, ситуация риска, мощного рывка – прекрасные условия реализации потенциала личности этого типа. Способность отстоять свою позицию, помериться силами, выступить за справедливость, проложить

путь – в определенных профессиях это незаменимые качества, достойные уважения.

Если спросить таких людей о причинах смены места работы или профессии, то редко услышишь ответ о сложности самой работы. Обычно выдвигаются другие мотивы: начальник не хотел пойти на уступки, коллега плохо относится, низкая зарплата (не ценят). Обычно возбудимого человека раздражает не столько напряженность труда, сколько недостатки в его организации; частая перемена мест работы является следствием систематических конфликтов по этому поводу.

Гипертимный тип (активность, оптимизм, склонность к риску). Название этого типа происходит от слова «тимус» – настроение, фон которого постоянно повышен: активный, энергичный, оптимистический, с высоким жизненным тонусом.

Добр, отзывчив, беззаботен. Отличается разговорчивостью, «умственной подвижностью», склонностью к остроумным выходкам. Из-за неустойчивости внимания и недостаточного упорства его интересы поверхностны.

Не терпит стеснения свободы. Плохо переносит критику в свой адрес. Находчив, умеет приспосабливаться к трудностям. Бурно переживает неудачи, но они не выбивают его из колеи. К правилам и обязанностям относится легкомысленно.

Тяготится одиночеством. Неразборчив в выборе знакомств. Быстро устает от привычного круга общения, ищет новые компании, легко адаптируется в незнакомом обществе. В группе стремится быть лидером.

Его эмоции просты, естественны и понятны окружающим. Приподнятое, радостное настроение лишь изредка нарушается вспышками раздражительности (например, в семейном кругу, где нет отвлекающего оживленного общества или сдерживающего влияния начальства).

Профессиональные особенности. Прекрасно чувствует себя в начале организации любого дела, в новой обстановке, в экстремальных ситуациях, в условиях риска. Мотивация к деятельности формируется как вызов, профессиональный рост определяется высоким уровнем притязаний – таким людям важно подтвердить свою способность справляться с трудностями на пути к достижению высокого результата. Дефицит материального вознаграждения за работу компенсируется ощущением собственной значимости, а также необходимостью постоянно проявлять изобретательность и способность к творчеству.

Отрицательным проявлением гипертимной личности является склонность создавать видимость продуктивной деятельности. Она с энтузиазмом берется за любое дело, строит немыслимые планы, при этом не

всегда заботится об их воплощении в жизнь, может легко отказаться от задуманного, игнорируя при этом установленные договоренности.

Смена видов деятельности и мест работы не вызывает у такого человека особых затруднений, внутренних проблем, включая чувство вины перед «родным коллективом» и работодателями.

Дистимный тип (пессимизм, замкнутость, серьезное отношение к жизни). Дистимность выражается в постоянном пониженном настроении, заторможенности психических и моторных актов. В обществе такие люди почти не участвуют в беседе, лишь изредка вставляют замечания после длительных пауз. Для них характерна робость и нерешительность. Серьезная настроенность выдвигает на передний план тонкие, возвышенные чувства, не совместимые с человеческим эгоизмом, ведет к формированию твердой этической позиции.

Профессиональные особенности. В профессиональной деятельности дистимная личность выбирает наиболее энергосберегающие тактики, неконфликтна, всегда спокойна, уравновешена, производит впечатление житейского философа.

Инициатива направлена на достижение максимального эффекта минимальными усилиями. Ответственность определяется должностным предписанием. Деятельность всегда индивидуализирована, обособлена, предсказуема.

Возможность включения в совместную (групповую) работу рассматривается на специально оговоренных условиях.

Аффективно-лабильный (циклотимный) тип (периодическая смена общего фона настроения и активности). Такие люди не склонны противопоставлять себя другим, не считают себя лучше. Как правило, они реалисты и терпимо относятся к недостаткам окружающих. У них могут быть резкие вспышки, когда они сердятся, но при этом напряжение и злоба не проявляются, быстро успокоившись, они никого не успевают обидеть.

В периоды подъема они общительны и приветливы, легко знакомятся с новыми людьми и находят со всеми общий язык.

В период спада весь мир может быть окрашен в мрачные тона, из оптимистов они превращаются в пессимистов, мрачно переживающих даже мелкие неудачи. В такие моменты циклотимные личности избегают любых контактов (не звонят друзьям, отказываются от приглашений на вечеринки, стараются проводить время дома и в одиночестве). С трудом засыпают, аппетит может быть снижен или отсутствовать. Настроение бывает хуже с утра, при этом наблюдается упадок сил и общая «вялость».

Тем не менее, такие люди, как правило, знают, что период спада все равно закончится, и у них впереди – возвращение к увлечениям и привязанностям: жизнь напоминает зебру – черные полосы чередуются с белыми.

Профессиональные особенности. К работе и своим обязанностям циклотимные личности относятся добросовестно, но при повышенном настроении могут проявлять легкомыслие, бессистемность. В период пониженного настроения становятся апатичными и бездеятельными, все валится из рук. Работа, которой они занимались с увлечением, начинает их тяготить.

Аффективно-экзальтированный тип (высокая интенсивность и изменчивость эмоциональных реакций, искренность, избегание трудностей). Людей этого типа отличает высокая пластичность, скорость протекания психических процессов. Они интенсивно реагируют на любые (даже незначительные) события, впадая при этом то в депрессию, то в эйфорические крайности – от самого мрачного до самого мечтательного и счастливого состояния.

Маленькие победы вызывают бурю восторга, любая неудача способна «вывести из строя». Даже незначительный страх охватывает всю натуру экзальтированного человека, при этом заметны физиологические проявления: дрожь, холодный пот и тому подобное.

Экзальтация чаще мотивируется альтруистическими, чем эгоистическими побуждениями. Привязанность к близким друзьям, радость за них, за их удачу могут быть чрезвычайно сильными.

Кроме того, у экзальтированных людей наблюдаются восторженные порывы, не связанные с сугубо личными отношениями. Чувство сострадания к несчастным людям, животным способно довести их до отчаяния.

Профессиональные особенности. Экзальтированными чертами часто обладают творческие натуры, артисты, музыканты, поэты.

Искренность в выражении чувств, тонкое ощущение реальности, стремление романтизировать отношения придают изысканность, особый смысл межличностному общению такого человека в любом коллективе. Однако регламентированные условия деятельности, частая и непредсказуемая смена настроения, субъективизм и безапелляционность в суждениях этих лиц создают благоприятный фон для развития конфликтных ситуаций, провоцируют панические настроения.

Являясь эмоционально-эстетическим лидером в группе, экзальтированная личность не проявляет склонности к формальному лидерству, ответственности на себя не берет.

Эмотивный тип (глубина чувств, отзывчивость, обидчивость).

Глубоко и долго переживает жизненные впечатления, эпизоды взаимных отношений как позитивного, так и негативного содержания.

Отличается отзывчивостью, гуманным отношением к миру, мягкостью и душевной теплотой. Более тонко реагирует на происходящие события, чем другие люди: легко поддается чувству жалости и сострадания, быстрее, чем кто-либо, испытывает особую радость от общения.

Ярко особенностью эмотивной личности является проницательность. Развитая интуиция позволяет ей почти безошибочно определять отношение к себе окружающих. Ответная реакция возникает незамедлительно и открыто, что отчетливо выражается в мимике. У эмотивной личности легко появляются слезы радости, растроганности. Как правило, ее глубоко захватывают чувства при рассказе о фильме, понравившейся книге, причем такой способ реагирования характерен как мужчинам, так и женщинам.

На эмотивную личность воздействие оказывает только само событие, она не может «заразиться» весельем или печальным настроением без причины. Душевное потрясение может оказать сильное воздействие и вызвать депрессию, при этом тяжесть депрессии соответствует тяжести события.

Профессиональные особенности. Глубина переживаний эмотивного человека обычно сочетается с хорошим осознанием личностных смыслов, которые определяют всю его деятельность. Так, для него характерно постоянное стремление к самообразованию и личностному развитию.

Для него также важны теплые и добрые взаимоотношения с коллегами, лояльное отношение со стороны начальства и общий эмоциональный комфорт. Если перечисленные выше условия соблюдаются, такой человек не будет стремиться к поиску других мест работы (даже при условии больших материальных благ).

Как правило, эмотивный человек не претендует на роль лидера. Однако чувство долга, ответственность, исходящие из его ценностных ориентаций, оказывают большое влияние на окружающих, и часто становятся этическими стандартами профессиональной деятельности коллектива, в котором он работает.

Тревожно-боязливый (невротический) тип (большое количество страхов, неуверенность, ответственность). Тревожный тип отличается ощущением беспокойства, внутренней напряженности, склонен ожидать неприятности. Для данного типа характерны постоянные сомнения в правильности своих поступков и мыслей, стремление сглаживать и избегать конфликтов любой ценой.

Тревожность выражается в мнительности, чувстве обеспокоенности, не имеющем под собой видимых причин, но вызываемом внутренними коллизиями. Тревожные люди проявляют повышенную боязливость с детства – боятся засыпать в темноте или в одиночестве, испытывают страх перед собаками, грозой, сторонятся других детей, потому что они могут их дразнить. От нападений они предпочитают не защищаться, поэтому часто становятся мишенями для шуток или «козлами отпущения» в группе.

Во взрослой жизни страх поглощает такого человека меньше, чем ребенка. Окружающие люди не представляются ему столь угрожающими, поэтому их тревожность не столь бросается в глаза. Но остается неспособность отстаивать свою позицию в спорах, особенно в ситуациях, когда противник показывает силу. Поэтому у таких людей могут наблюдаться проявления робости, иногда покорности и униженности.

В ряде случаев тревожные люди компенсируют свою неуверенность путем самоуверенного и даже дерзкого поведения, однако такие реакции чаще всего возникают только в экстремальных ситуациях, когда нет возможности воспользоваться другими способами защиты своего «Я».

Профессиональные особенности. Лица тревожного типа достигают больших успехов практически в любой деятельности в связи с развитой критичностью и стремлением к постоянному самосовершенствованию.

Некоторые виды профессий непосредственно связаны с доминированием тревожности (например, оперативно-розыскная деятельность, спорт, творческие профессии). Многие достижения формируются у таких людей по принципу гиперкомпенсации.

Контрольные вопросы

1. Раскройте концепцию «акцентуированных личностей» К. Леонгарда.
2. Сколько типов акцентуированных личностей выделены К. Леонгардом?
3. Дайте краткую характеристику типов акцентуированных личностей по К. Леонгарду.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Батаршев, А.В. Диагностика темперамента и характера [Текст] / А.В. Батаршев. - 2 изд. - СПб.: Питер, 2007. - 368 с.
2. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике [Текст] / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов - издание 3-е, переработанное и дополненное - СПб.: Питер, 2002. - 688 с.
3. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии [Текст] : учеб. пособие / В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Горбачевский и др.; под общей ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000. - 560с.
4. Практикум по психодиагностике личности. Дидактические материалы [Текст] / отв. ред. Н.К. Ракович. – Минск: БГПУ им. М.Танка, 2002. - 248с.
5. Хромов, А.Б. Пятифакторный опросник личности [Текст] : учебно-методическое пособие / А. Б. Хромов. - Курган: Изд-во Курганского гос. университета, 2000. - 23 с.

Учебное текстовое электронное издание

Мережников Андрей Петрович

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ
ДИАГНОСТИКА**

Практикум

0,66 Мб

1 электрон. опт. диск

г. Магнитогорск, 2016 год

ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова»

Адрес: 455000, Россия, Челябинская область, г. Магнитогорск,
пр. Ленина 38

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный
технический университет им. Г.И. Носова»

Кафедра психологии

Центр электронных образовательных ресурсов и
дистанционных образовательных технологий

e-mail: ceor_dot@mail.ru