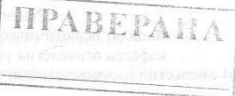


88.342.843
П 863

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины»



ПСИХОЛОГИЯ

ХАРАКТЕР

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

для студентов специальности 1-03 04 02-02
«Социальная педагогика. Практическая психология»



Составитель

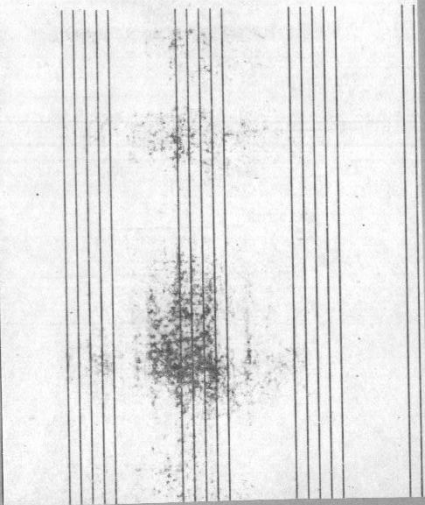
Н. Н. ДУДАЛЬ

УК 8779

Установа адукацыі
"Гомельскі дзяржаўны ўніверсітэт
імя Францыска Скарыны"
БІБЛІЯТЭКА

Гомель
ГГУ ім. Ф. Скорины
2012

02 09 16. Ашчарков СТ-14



РЕПОЗИТОРИЙ

УДК 159.923.3(075.8)
ББК 88.372.6я73
П 863

Составитель **Н. Н. Дудаль**

Рецензенты:

кандидат психологических наук Л. Н. Иванова,
кафедра психологии учреждения образования
«Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»

Рекомендовано к изданию
научно-методическим советом учреждения образования
«Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины».

Психология. Характер : практ. пособие для студ. спец.
П 863 1-03 04 02-02 «Социальная педагогика. Практическая
психология» / сост. Н. Н. Дудаль; М-во образования РБ,
Гомельский гос. ун-т им. Ф. Скорины. – Гомель: ГГУ
им. Ф. Скорины, 2012. – 44 с.
ISBN 978-985-439-610-1

Практическое пособие направлено на приобретение навыков
организации и проведения психологического эксперимента, регистрации и
обработки полученных результатов по темам «Характер». Настоящее
издание имеет четко выраженную практическую направленность; особое
внимание в нем отведено точности описания каждой методики, приема ее
проведения и интерпретации получаемых результатов.

Предназначено для студентов, обучающихся по специальности
1-3 04 02-02 «Социальная педагогика. Практическая психология».

УДК 159.923.3(075.8)
ББК 88.372.6я73

ISBN 978-985-439-610-1 © Дудаль Н. Н., составление, 2012
© УО «Гомельский государственный
университет им. Ф. Скорины», 2012

Содержание

Введение	4
Требование к оформлению и оценке работ	5
Характер	6
Исследование акцентуации характера (методика А. Е. Личко) ..	6
Исследование акцентуации характера (опросник Шмишека)	24
Исследование характерологических тенденций	31
Исследование самооценки личности	36
Литература	43

Введение

Данное практическое пособие предназначено для студентов, обучающихся по специальности 1-03 04 02-02 «Социальная педагогика. Практическая психология».

В настоящее издание вошли методики, которые должны сформировать у студентов навыки проведения психологических экспериментов и умение анализировать их результаты. В то же время, структура практического пособия позволяет на практическом уровне подкрепить теоретические знания, которые они получают на лекционных и семинарских занятиях в курсе «Психология».

При работе с данным практическим пособием студентам рекомендуется придерживаться определенного порядка.

1. До начала занятий по той или иной теме студент должен проработать литературные источники, которые были рекомендованы на соответствующей лекции.

2. Приступая к конкретной лабораторной работе, студент должен ознакомиться с вводными замечаниями и текстом самого задания.

3. Каждый студент должен заранее подготовить форму протокола данного занятия. Формы протоколов и образцы записей экспериментальных данных приведены в каждом задании.

4. По результатам занятия каждый студент должен предоставить преподавателю письменный отчет, включающий:

- протокол опыта;
- запись статистической обработки первичных результатов;
- анализ обработанных результатов опыта;
- выводы, в которых полученные результаты сопоставлены с данными, известными из лекций и литературы.

Требование к оформлению и оценке работ

Работы оформляются студентами в отдельной тетради по следующему плану.

1. Дата выполнения работы.
2. Номер лабораторной или практической работы.
3. Тема.
4. Цель.
5. Задачи.
6. Объект исследования (измеряемый признак).
7. Теоретическое обоснование.
8. Гипотеза исследования (ставится только в тех случаях, когда есть необходимость проведения сравнительного анализа полученных данных).
9. Испытуемый (фамилия, инициалы того, с кем проводится эксперимент). Для формирования целостного представления об индивидуальных особенностях психических процессов студентам следует в своих тетрадях фиксировать себя в роли испытуемого.
10. Состояние испытуемого (как правило, фиксируется физическое, эмоциональное состояние, а также уровень физиологической активности студента до начала проведения исследования.) Если необходимо ввести дополнительные сведения о состоянии испытуемого, преподаватель предупреждает об этом перед проведением исследования.
11. Время проведения исследования.
12. Экспериментатор (фамилия, инициалы).
13. Оборудование, необходимое для выполнения заданий.
14. Ход работы (подробное описание этапов выполнения работы и инструкция испытуемому).
15. Данные, полученные в ходе проведения исследования, представленные в виде таблиц, графиков.
16. Анализ полученных результатов (вербализация итоговых результатов, выявление и описание закономерностей теоретического обоснования).
17. Выводы.

Характер

Акцентуация характера – это крайние варианты нормы как результат усиления его отдельных черт. При этом у индивида появляется повышенная уязвимость к одним стрессогенным факторам при устойчивости по отношению к другим.

Понятие «акцентуации» было введено в психологию К. Леонгардом. Его концепция «акцентуированных личностей» основывалась на предположении о наличии основных и дополнительных черт личности. Основные черт значительно меньше, но они являются стержнем личности, определяют ее развитие, адаптацию и психическое здоровье. При значительной выраженности основных черт они накладывают отпечаток на личность в целом, и при неблагоприятных обстоятельствах они могут разрушить всю структуру личности. По мнению Леонгарда, акцентуации личности, прежде всего, проявляются в общении с другими людьми.

Акцентуации характера чаще всего наблюдаются в подростковом и раннем юношеском возрасте. При правильно поставленной психолого-педагогической работе возможно блокирование проявлений акцентуации характера.

Исследование акцентуации характера (методика

А. Е. Личко)

Цель работы: определение типа акцентуации характера

Материал и оборудование: методика определения акцентуации характера А. Е. Личко

Инструкция испытуемому: «Сейчас Вам будет предложено 104 утверждения. Вписывайте свои ответы слева направо ряд за рядом в таблицу. Отвечая на утверждения теста, оценивайте степень своего согласия или несогласия следующими баллами:

+2 – совершенно верно, я, как правило, так и делаю.

+1 – верно, но все же бывают заметные исключения.

0 – трудно сказать.

-1 – не верно, но все же иногда бывают такие ситуации.

-2 – совершенно не верно, это несвойственно для моей обычной жизни.

Старайтесь не отвечать «трудно сказать», отдайте предпочтение одному из четырех остальных ответов, соотнесите его со своими при-

вычками, желаниями и поступками. Причем любое из приведенных в тесте утверждений нужно оценивать, исходя из принципа «как правило» и из обычного для Вас образа жизни. Ведь мы все бываем время от времени или веселыми, или раздражительными.

Время для проведения теста вместе с объяснением инструкции примерно 35–40 минут».

Текст опросника.

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

РЕПОЗИТОРИЙ

19. Плохое самочувствие появляется у меня от волнений и ожидания неприятностей.

20. Нередко я стесняюсь есть при посторонних людях, я чрезмерно чувствителен.

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

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

23. Я легко завожу новые знакомства.

24. О своей одежде я мало думаю.

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

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

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

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

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

30. Мой сон богат яркими сновидениями.

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

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

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

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

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

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

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

38. Я люблю одеться так, чтобы было к лицу.

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

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

41. Измены бы я никогда не простил.

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

43. Я люблю яркие, броские костюмы и одежду.

44. Я люблю одиночество, свои неудачи я переживаю сам.

45. Я много раз взвешиваю все «за» и «против» и все никак не решаюсь рискнуть; могу быть впереди других в рассуждениях, но не в действиях.

46. Моя застенчивость мешает мне подружиться с тем, с кем мне хотелось бы.

47. Я избегаю новых знакомств, мне не хватает решительности во всем.

48. Стараюсь жить так, чтобы окружающие не могли сказать обо мне ничего плохого.

49. Не люблю много раздумывать о своем будущем и, тем более, заранее рассчитывать все свои расходы.

50. Я чувствую себя таким больным, что мне не до друзей.

51. Периодами я к деньгам отношусь легко, и трачу их, не задумываясь; периодами все пугаюсь остаться без денег.

52. В одни периоды мне хорошо с людьми, в другие – они меня тяготят.

53. Меня привлекает то новое, что соответствует моим принципам и интересам.

54. Для меня главное, чтобы одежда была удобной, аккуратной и чистой.

55. Я убежден, что в будущем исполнятся все мои желания и планы.

56. Я предпочитаю тех друзей, которые очень внимательны ко мне.

57. Я люблю придумывать новое, все переиначивать и делать по-своему, не так, как все.

58. Часто беспокоюсь, что мой костюм не в порядке.

59. Я боюсь одиночества, и, тем не менее, так получается, что нередко оказываюсь в одиночестве.

60. В одиночестве я чувствую себя спокойнее.

61. Я считаю, что всякий человек не должен отрываться от коллектива.

62. Люблю разнообразие и перемены в жизни.

63. Людское общество меня быстро утомляет и раздражает.

64. Периоды, когда я не очень слежу за тем, чтобы соблюдать все правила, чередуются с периодами, когда я упрекаю себя за недисциплинированность.

65. Временами я доволен собой, временами ругаю себя за нерешительность и вялость.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

77. Я легко ссорюсь, но быстро и мирюсь.

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

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

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

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

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

83. Я люблю опекать кого-нибудь одного, кто мне понравится.

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

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

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

87. Я охотно слежусь за авторитетными людьми.

88. Одним людям я подчиняюсь, другими команду сам.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

98. В детстве я был обидчивым и чувствительным ребенком.

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

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

101. Мне не хватает усидчивости и терпения.

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

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

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

Обработка и анализ результатов. Расшифровка результатов тестирования осуществляется следующим образом:

1. Подсчитывается сумма баллов в каждой вертикальной колонке, например, сумма баллов, поставленных учеником в клеточках под 1, 14, 27, 40, 53, 66, 79, 92. При определении суммы учитывается знак балла «+» или «-». Сумма баллов любой колонки может находиться в диапазоне от -16 до +16.

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

— I (1, 14, 27, 40, 53, 66, 79, 92) — параноик,

— II (2, 15, 28, 41, 54, 67, 80, 93) — эпилептоид,

— III (3, 16, 29, 42, 55, 68, 81, 94) — гипертим,

- IV (4, 17, 30, 43, 56, 69, 82, 95) – истероид,
- V (5, 18, 31, 44, 57, 70, 83, 96) – шизоид,
- VI (6, 19, 32, 45, 58, 71, 84, 97) – психастеноид,
- VII (7, 20, 33, 46, 59, 72, 85, 98) – сензитив,
- VIII (8, 21, 34, 47, 60, 73, 86, 99) – гипотим,
- IX (9, 22, 35, 48, 61, 74, 87, 100) – комформный тип,
- X (10, 23, 36, 49, 62, 75, 88, 101) – неустойчивый тип,
- XI (11, 24, 37, 50, 63, 76, 89, 102) – астеник,
- XII (12, 25, 38, 51, 64, 77, 90, 103) – лабильный тип,
- XIII (13, 26, 39, 52, 65, 78, 91, 104) – циклоид.

3. Определяется степень выраженности каждого из психотипов путем построения графика «Рисунок личности».

Если кривая не выходит за пределы, ограниченные пунктирными линиями, которые проведены из точек +10 и –10, это значит, что психотип находится в рамках обычного рисунка личности (эти точки приняты специалистами как нормативы).

Если кривая выходит за пределы, ограниченные пунктирной линией, проведенной из точки +10, это означает, что какой-то психотип у тестируемого проявляется наиболее ярко.

Если же одна или несколько точек находятся за пределами пунктирной линии, проведенной из точки –10, это означает, что у тестируемого проявляется антитип, т. е. черты, свойственные человеку с противоположным характером.

Краткая характеристика психотипов

Параноик. Черты этого психотипа редко проявляются в детстве, но обычно такие дети сосредоточены на чем-то одном. Они серьезные, озабочены, о чем-то думают, стремятся во чтобы то ни стало достичь желаемого.

Доминирующая черта характера – высокая степень целеустремленности. Такой подросток подчиняет свою жизнь достижению определенной цели (причем достаточно большого масштаба), при этом он способен полностью пренебрегать интересами окружающих его людей. Ради достижения поставленных целей он готов пожертвовать и своим благополучием, отказаться от развлечения, комфорта и других, обычных для такого возраста радостей.

Привлекательные черты характера: высокая энергичность, независимость, самостоятельность, надежность в сотрудничестве, если его

цели совпадают с целями тех людей, с которыми он вместе работает.

Отталкивающие черты характера: агрессивность, раздражительность, гневливость, которые проявляются тогда, когда что-то или кто-то оказываются на пути к достижению поставленной цели; нечувствительность к чужому горю, отсутствие душевности в отношениях с людьми, авторитарность.

«Слабое звено» этого психотипа: не переносит отсутствие общественного внимания и признания его успехов; он чрезвычайно честолюбив, но по большому счету, а не по мелочам.

Особенности общения и дружбы: подросток этого психотипа, как правило, конфликтен, так как у него нет естественной потребности в общении, которое он рассматривает лишь как средство для достижения ранее поставленной глобальной цели. И если ему приходится вступать в контакт с людьми, он часто подавляет собеседника, бывает излишне категоричен в своих суждениях, при этом может легко ранить окружающих своим словом. Не замечает своей конфликтности. Параноик совершенно несентиментален, недоверчив в дружбе, которую рассматривает как продолжение общего большого дела. Другая для него – это только соратники, с которыми он идет к поставленной цели. Размолвки для него – предательство общего дела, он долго помнит обиду и оскорбления. Но даже долгая дружба с ним еще ни о чем не говорит, если человек ему не нужен для дела, он забудет его без всякого сожаления.

Эпилептоид. С дошкольного возраста у детей, предрасположенных к данному типу акцентуации, замечается недетская бережливость одежды, своих игрушек, всего «своего», крайне злобная реакция на тех, кто пытается овладеть их собственностью, а с первых школьных лет проявляется мелочная скрупулезность и повышенная аккуратность.

Доминирующие черты характера: любовь к порядку, стремление поддерживать уже установленный порядок, консервативность (не признают того, что еще не принято другими); высокий энергетизм; агрессивность (подростки в экстремальных ситуациях становятся храбрыми и даже безрассудными, а в обыденной жизни у них проявляется гневливость, взрывчатость, придирищность; такие подростки мстительны и злопамятны).

Привлекательные черты характера: тщательность, аккуратность, исполнительность, бережливость (часто переходящая в педантизм), надежность (всегда выполняет обещания), пунктуальность, внимательность к своему здоровью.

Отталкивающие черты характера: жестокость, нечувствительность к чужому горю, чрезмерная требовательность, приводящая

к раздражительности в связи с замеченным беспорядком; неаккуратностью других или нарушением ими определенных правил. Эпилептоид для себя – единственно хороший человек.

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

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

Гипертим. Подростки, относящиеся к этому психотипу, с детства отличаются большой шумливостью, общительностью, даже смелостью, склонны к озорству. У них нет ни застенчивости, ни робости перед незнакомыми людьми, однако, им не достает чувства дистанции в отношениях со взрослыми.

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

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

Отталкивающие черты характера: поверхностность, неспособность долго сосредотачиваться на каком-либо конкретном деле или мысли, постоянная спешка (стремится заняться чем-то более интересным в данный момент), перескакивание с одного дела на другое (может записаться сразу в несколько кружков или секций но, ни в один из них больше 1–2 месяцев не ходит), неорганизованность, фамильярность, легкомысленность, готовность на безудержный риск, грубость (но без всякого зла), склонность к прожектерству и аморальным поступкам (но незлоумышленно, а сразу готов покаяться).

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

Особенности общения и дружбы. Гипертим всегда выступает в роли весельчака и балагура. Он любит собирать гостей, его дом –

место встречи друзей и просто знакомых, куда может запросто придти любой человек и остаться до тех пор, пока ему нравится. Всегда тянется в компанию, среди сверстников стремится к лидерству. Легко может оказаться в неблагоприятной среде, склонен к авантюрам. Гипертим готов дружить со всем светом, но на глубокую привязанность не способен. Ему присущ альтуизм, любовь к ближнему (а не ко всему человечеству), он может броситься на помощь человеку не раздумывая. В дружбе он добр и не злопамятен. Обидев кого-то, он быстро забывает об этом и при следующей же встрече может искренне обрадоваться; если нужно, он может от всей души извиниться за нанесенную обиду и тут же сделать что-либо приятное обиженному человеку.

Истероид. Истероид виден с раннего детства. Милый малыш в центре комнаты в присутствии большого количества взрослых незнакомых ему людей без всякого смущения декламирует стихи, поет незамысловатые песенки, демонстрируя и свои таланты, и свои наряды. Главное для него в этот момент – это восхищение окружающих. Если все гости сели за праздничный стол и забыли о нем, он непременно попробует еще и еще раз обратить на себя всеобщее внимание. В случае неудачи он просто опрокинет на скатерть стакан или разобьет блюдо. Его начинают ругать, он закатывает истерику, но он добился своего – снова всеобщее внимание, пусть даже такой ценой.

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

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

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

«Слабое звено» этого психотипа: неспособность переносить удары по эгоцентризму, разоблачение его вымыслов, а тем более их высмеивание, что может привести к острым аффективным реакциям, включая изображение суицидных попыток.

Особенности общения и дружбы. В силу особенностей своего характера истероид постоянно нуждается в многочисленных зрителях. В принципе, это основная форма его жизни (жизнь на людях

и для людей). Но он общается, как правило, только с теми, кто явно и неявно выражают свое восхищение им, боготворит его способности и талант. Если таких людей мало, истероид прилагает немало усилий, чтобы этот круг почитателей стал значительно шире. Истероиды очень избирательны, они стремятся дружить с очень известными людьми, чтобы часть их славы доставалась и им, или с людьми, в чем-то проигрывающими им, чтобы еще больше оттенить свои способности.

Шизоид. С первых школьных лет такие дети любят играть одни, мало тянутся к одноклассникам, избегают шумных детских забав, предпочитая общество более взрослых ребят. В подростковом возрасте бросаются в глаза, прежде всего, их замкнутость и отторженность в сочетании с неумением сопереживать окружающим.

Доминирующие черты характера: интровертированность. Это ярко выраженный мыслительный тип, постоянно осмысливающий окружающую действительность. При этом он самостоятельно создает схемы анализа и пытается с их помощью объяснить существующий мир.

Привлекательные черты характера: серьезность, несуетливость, немногословность, устойчивость интересов и постоянство занятий. Это, как правило, талантливые, умные и неприхотливые школьники. Шизоид очень продуктивен, может долго трудиться над своими идеями, но не пробивает их, не внедряет в жизнь.

Отталкивающие черты характера: замкнутость, холодность, расщепленность. Шизоид малоэнергичен, малоактивен при интенсивной работе, как физической, так и при интеллектуальной. Эмоционально холоден, почти не выражает никаких эмоций: не печалится и не радуется, не сердится и не смеется. Он равнодушен к чужой беде, может быть даже жестоким. Но его эгоизм не сознательный, он просто не замечает чужого горя. В то же время, шизоид может быть и сам легко ранимым, так как самолюбив. Не любит, когда критикуют его систему.

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

Особенности общения и дружбы. Шизоид очень избирателен, людей он в основном не замечает, так же как и многие вещи материального мира. Но все же он нуждается в общении, которое должно отличаться глубиной и содержательностью. Круг людей, с которыми он общается, очень ограничен, как правило, это люди старше его. Для шизоида характерна самодостаточность в сфере отношений, он может довольствоваться общением с самим собой или с одним человеком. Другом шизоида может быть человек, хорошо понимающий его особенности, способный не обращать внимания на его странности,

замкнутость и другие отличительные черты характера. Но если он кого-то считает своим другом, то часто становится назойливым, требующим особого внимания к себе.

Психастеноид. В детстве наряду с некоторой робостью и пугливостью у таких детей проявляются склонность к рассуждению и не по возрасту «интеллектуальные интересы». В этом же возрасте возникают различные фобии – боязнь незнакомых людей, новых предметов, темноты, страх остаться дома одному и т. д. Критическим периодом, когда психастенические черты начинают проявляться с особой силой, является начало обучения в школе. Это связано с необходимостью отвечать за себя и тем более за других, что представляет одну из самых трудных задач для психастеника.

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

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

Отталкивающие черты характера: нерешительность, определенный формализм, безынициативность, склонность к бесконечным рассуждениям, самокопание, наличие навязчивых идей, опасений. При этом опасения адресуются в основном к возможному событию, даже маловероятному в будущем, по принципу «как бы чего не случилось». Поэтому психастеноид так верит в приметы. Другой защитой от постоянных страхов является сознательный формализм и педантизм, в основе которого лежит идея о том, что если все заранее тщательно продумать, предусмотреть и затем действовать, не отступая ни на шаг от намеченного плана, то все обойдется и ничего плохого не случится. Таким подросткам очень трудно принять практически любое решение, они все время сомневаются, все ли обстоятельства и возможные последствия они учли. При этом они думают уже не о том, как добиться успеха, а о том, как избежать возможных неудач и неприятностей. Но если даже решение все же принимается, то психастеник начинает действовать медленно, так как боится сам себя – «вдруг передумаю».

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

Особенности общения и дружбы. Психастеноид стеснителен, застенчив, боится устанавливать новые контакты. В отношениях со старыми друзьями ценит именно глубокий личный контакт, друзей у него не много, но это дружба «на века». Помнит малейшие детали отношений и от души признателен за внимание к себе.

Сензитив. С первых лет детства ребенок боязлив, боится одиночества, темноты, особенно собак. Избегает активных и шумливых сверстников. Но он достаточно общителен с теми, к кому уже привык, любит играть с малышами, чувствуя себя с ними уверенно и спокойно. К родным и близким он очень привязан, это «домашний ребенок»: старается поменьше выходить из дома, не любит ходить в гости.

Доминирующие черты характера: повышенная чувствительность, впечатлительность, чувство собственной неполноценности. Сензитивы застенчивы и робки особенно при посторонних людях и в необычной для них обстановке. В себе они видят множество недостатков, особенно в морально-этической и волевых сферах.

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

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

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

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

Гипотим. В детстве такой ребенок почти всегда вялый, живет без особых радостей, обижен на всех, и прежде всего на своих родителей. На лице часто выражение недовольства, расстройство из-за того, что не сделали так, как он хотел.

Доминирующие черты характера: постоянно пониженное настроение, склонность к депрессивным аффектам. Настроение гипотима также часто меняется, как и у гипертима, но только это изменение со знаком минус. Поэтому настроение практически всегда плохое.

Привлекательные черты характера: совестливость и острый критический взгляд на мир. Гипотим старается чаще бывать дома, создавая уют и теплоту, и тем самым избегать лишних волнений.

Отталкивающие черты характера: обидчивость, ранимость,

постоянное уныние, склонность искать у себя проявление недомоганий, различных заболеваний, почти полное отсутствие интересов и увлечений. Низкая энергетичность выражается в быстрой утомляемости, он часто впадает в апатию, проявляются унылые мысли. Из-за этого его действительно преследуют неудачи, он к этому привыкает, жалуясь окружающим на судьбу, несправедливое отношение к себе и т. д.

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

Особенности общения и дружбы. Гипотим часто и подолгу обижается на окружающих и своих друзей. Но при этом он остро нуждается в общении, чтобы была возможность жаловаться на свою жизнь, на то, что его не поняли, не оценили. Ему нравится рассказывать окружающим о тех трудных обстоятельствах, в которые он попал. На все советы собеседника он приведет массу аргументов, почему сложившуюся ситуацию нельзя изменить, а ему самому будет только хуже, если он начнет что-либо предпринимать. Дружить с ним трудно в первую очередь потому, что он видит в любом человеке сначала возможную причину ухудшения своего настроения.

Конформный тип. Этот тип характера встречается довольно часто. Ребенок соглашается со всем, что ему предлагает близкое окружение, но стоит ему попасть под влияние другой группы, он изменяет отношение к тем же вещам на противоположное. Такой подросток как бы утрачивает свое личное отношение к миру, его суждения и оценки окружающего мира полностью совпадают с мнением тех людей, с которыми он общается в данный момент. Причем он не выделяется, не навязывает свое личное мнение, а просто представляет «массу», которая во всем соглашается с лидером.

Доминирующие черты характера: постоянная и чрезмерная приспособляемость к своему непосредственному окружению, почти полная зависимость от малой группы, в которую он входит в данный момент. Жизнь идет под девизом: «Думать, как все, делать, как все, и чтобы все было, как у всех». Это распространяется и на стиль одежды и на взгляды по самым важным проблемам. Эти подростки привязываются к группе сверстников и безоговорочно принимают систему ее ценностей, какими бы эти ценности ни были, без всякой критики. Поэтому их будущее во многом определяется характером и направленностью группы, в которую они входят в данный момент.

Привлекательные черты характера: дружелюбие, исполнительность, дисциплинированность, покладистость. В группе они не являются источниками конфликтов или раздоров, так как принимают стиль жизни группы без всякого критического осмысления, ими

удобно командовать. Они слушают рассказы ребят о «подвигах», соглашаются с теми предложениями, которые поступают от лидеров, охотно участвуют в «приключениях», но потом могут и раскаться.

Отталкивающие черты характера: несамостоятельность, безволие, почти полное отсутствие критичности как в отношении себя, так и своего ближайшего окружения, что может послужить причиной аморальных поступков. Но если группа, которая является для подростка значимой в данный момент, имеет положительную направленность, то и он может достичь серьезных успехов.

«Слабое звено» этого психотипа: не переносит крутых перемен, ломки жизненного стереотипа. Лишение привычного окружения может послужить причиной реактивных состояний.

Особенности общения и дружбы. Конформный тип легко устанавливает контакты с людьми, при этом подражает тем, кого считает лидерами. Но дружеские отношения очень непостоянны, зависят от складывающейся ситуации. Такие подростки не стремятся первенствовать среди друзей, не проявляют интереса к новым знакомствам. Самой группой они воспринимаются как бесцветные, малоинтересные ребята, которые готовы слушаться других и мало что способны предложить сами.

Неустойчивый тип. С детства непослушны, непоседливы, всюду лезут, но при этом трусливы, боятся наказаний, легко подчиняются другим детям. Такой тип акцентуации характера формируется нередко у детей, которые перенесли травму мозга. Поэтому к ним нужен особенно тактичный подход.

Доминирующая черта характера: полное непостоянство проявлений. В отличие от конформного психотипа неустойчивый зависит не от группы окружающих его людей, а от любого человека, который в эту минуту оказался рядом с ним. Его ничего не может удержать, он поддается влиянию этого человека.

Привлекательные черты характера: общительность, открытость, услужливость, доброжелательность, быстрота переключения в делах и общении. Часто внешне такие подростки послушны, готовы искренне выполнить просьбу взрослых, но их желания быстро пропадают, и через некоторое время они или забывают о том, что обещали, или ленятся и придумывают массу причин, объясняющих невозможность выполнить обещанное.

Отталкивающие черты характера: безволие, трусость, тяга к пустому времяпрепровождению и развлечениям, болтливость, хвастовство, соглашательство, лицемерие, безответственность.

«Слабое звено» этого психотипа: безнадзорность, бесконтрольность, которые приводят иногда к серьезным последствиям.

Особенности общения и дружбы. Подростки этого типа пассивны, стараются избегать конфликтов. Контакты в целом беспорядочные и бесцельные. Они могут быть в составе сразу нескольких групп, при этом они действительно перенимают стиль и правила поведения каждого коллектива. Неустойчивый психотип склонен жить сегодняшним днем, часами может смотреть телевизор или видео, слушать музыку, ничего не делая при этом. Его в принципе не интересуют развлечения, которые не требуют определенных интеллектуальных усилий. Попадая в группы сверстников, они выполняют роль подручных у лидеров, могут стать соучастниками правонарушений и других неблагоприятных поступков.

Астеник. С детства плохой сон, аппетит, ребенок часто капризничает, плачет, боится всего. Он очень чувствителен к громким звукам, яркому свету, его быстро утомляет даже небольшое количество людей, поэтому стремится к уединению.

Доминирующие черты характера: повышенная утомляемость, раздражительность, склонность к ипохондрии.

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

Отталкивающие черты характера: капризность, плаксивость, неуверенность в себе, вялость, забывчивость. Такие подростки робки, стеснительны, с явно заниженной самооценкой, не могут при необходимости постоять за себя. Они испытывают большую тревогу в случае изменения внешних обстоятельств, ломки стереотипов, так как одним из механизмов психологической защиты является привыкание к одним и тем же вещам, укладу жизни.

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

Особенности общения и дружбы. Астеник не стремится к близким отношениям из-за своей пугливости и неуверенности, не проявляет инициативы. Круг друзей ограничен прежде всего из-за внезапной раздражительности и частых капризов.

Лабильный тип. В детстве обычно не отличаются от сверстников, но часто простужаются. Способны погрузиться в мрачное настроение из-за нелестного слова, неприветливого взгляда. Приятные слова, новый костюм или книга, хорошая новость могут поднять настроение, придать веселый тон разговору, но только до тех пор, пока очередная «неприятность» не испортит все.

Доминирующая черта характера: крайняя изменчивость настроения, которое меняется слишком часто и чрезмерно резко от

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ

ничтожных поводов. От душевного состояния в данный момент зависит практически все.

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

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

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

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

Настроение часто меняется от самой незначительной реплики того, с кем он дружит. Простое замечание в адрес подростка может вызвать депрессию, привести к разрыву дружеских отношений. И напротив, слова друга могут значительно улучшить настроение, вызвать бурный прилив энергии, желание сделать что-то хорошее для него.

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

Очень чутко реагирует на знаки внимания, благодарность, похвалу и поощрения, которым он действительно рад, но это не переходит в заносчивость и самодовольство.

Циклоид. В детстве мало чем отличается от своих сверстников, но иногда производит впечатление гипертима, т. е. периодами может быть необычно шумливым, озорным, постоянно что-то предпринимающим. А затем опять становится спокойным и управляемым ребенком. С началом пубертатного периода (половой зрелости) возникают периодические фазы смены настроения, длительность которых может быть от нескольких дней до недели и более.

Доминирующие черты характера: смена двух противоположных состояний – гипертимного и гипотимного, циклические изменения эмоционального фона.

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

Отталкивающие черты характера: непоследовательность, неуравновешенность, безразличие, вспышки раздражительности, чрезмерной обидчивости и придирчивости к окружающим. Компании начинают раздражать, риск и приключения, развлечения и контакты теряют свою прежнюю привлекательность. Подросток становится на время «домоседом».

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

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

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

Особенности общения и дружбы. Отношения с людьми носят циклический характер: тяга к общению, новым знакомствам, бесшабашная удалость сменяются замкнутостью, нежеланием общаться даже с самыми близкими друзьями. По-настоящему дружить предпочитает с теми, кто хорошо понимает неизбежность перемены в отношениях на какое-то время и не обижается на это, прощает вспышки раздражительности и обидчивости.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГ

Исследование акцентуации характера (опросник Шмишека)

Цель работы: определение типа акцентуации характера

Материал и оборудование: методика определения акцентуации характера Шмишека.

Теоретический конструкт. Согласно теории «акцентуированных личностей» существуют черты личности, которые сами по себе еще не являются патологическими, однако могут при определенных условиях развиваться в положительном или отрицательном направлении. Черты эти являются как бы заострением некоторых присущих каждому человеку индивидуальных свойств. У психопатов эти черты достигают особо большой выраженности. Выделяют десять основных типов акцентуации (классификация Леонгарда).

1. **Гипертимный** – личности со склонностью к повышенному настроению.
2. **Застревающие** – со склонностью к «застреванию аффекта» и бредовым реакциям.
3. **Эмотивные**, аффективно лабильные.
4. **Педантичные**, с преобладанием черт ригидности, педантизма.
5. **Тревожные**.
6. **Циклотимные**, со склонностью к депрессивному реагированию.
7. **Демонстративные**, с истерическими чертами характера.
8. **Возбудимые**, со склонностью к повышенной, импульсивной реактивности в сфере влечений.
9. **Дистимичные**, с наклонностью к расстройствам настроения.
10. **Экзальтированные**, склонные к аффективной экзальтации.

Все эти группы «акцентуированных личностей» объединяются по принципу акцентуации свойств характера или темперамента. К акцентуации свойств характера относятся:

- **демонстративность** (в патологии: психопатия истерического круга);
- **педантичность** (в патологии: ананкастическая психопатия);
- **возбудимость** (в патологии: эпилептоидные психопаты);
- **застревание** (в патологии: паранояльные психопаты).

Остальные виды акцентуаций относятся к особенностям темперамента и отражают темп и глубину аффективных реакций.

Признаком акцентуации является показатель свыше 18 баллов.

Инструкция испытуемому: «Сейчас Вам будет предложено 97 утверждений. Отвечайте на утверждения теста «Да» или «Нет».

Причем любое из приведенных в тесте утверждений нужно оценивать, исходя из принципа «как правило» и из обычного для Вас образа жизни. Ведь мы все бываем время от времени или веселыми, или раздражительными.

Время для проведения теста вместе с объяснением инструкции примерно 35–40 минут».

Текст опросника

1. Ваше настроение, как правило, бывает ясным, неомраченным?
2. Восприимчивы ли Вы к оскорблениям, обидам?
3. Легко ли Вы плачете?
4. Возникает ли у Вас по окончании какой-либо работы сомнение в качестве ее исполнения и прибегаете ли Вы к проверке – правильно ли все было сделано?
5. Были ли Вы в детстве таким же смелым, как Ваши сверстники?
6. Часто ли у Вас бывают резкие смены настроения (только что парили в облаках от счастья, и вдруг становится очень грустно)?
7. Бываете ли Вы обычно во время веселья в центре внимания?
8. Бывают ли у Вас дни, когда Вы без особых причин ворчливы и раздражительны и все считают, что Вас лучше не трогать?
9. Всегда ли Вы отвечаете на письма сразу после прочтения?
10. Вы человек серьезный?
11. Способны ли Вы на время так сильно увлечься чем-нибудь, что все остальное перестает быть значимым для Вас?
12. Предприимчивы ли Вы?
13. Быстро ли вы забываете обиды и оскорбления?
14. Мягкосердечны ли вы?
15. Когда Вы бросаете письмо в почтовый ящик, проверяете ли вы, опустилось оно туда или нет?
16. Требуется ли Ваше честолюбие того, чтобы в работе (учебе) вы были одним из первых?
17. Боялись ли Вы в детские годы грозы и собак?
18. Смеетесь ли Вы иногда над неприличными шутками?
19. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые считают Вас педантичным?
20. Очень ли зависит Ваше настроение от внешних обстоятельств и событий?
21. Любят ли Вас ваши знакомые?
22. Часто ли Вы находите во власти сильных внутренних порывов и побуждений?

23. Ваше настроение обычно несколько подавлено?
24. Случалось вам рыдать, переживая тяжелое нервное потрясение?
25. Трудно ли Вам долго сидеть на одном месте?
26. Отстаиваете ли Вы свои интересы, когда по отношению к Вам допускаются несправедливости?
27. Хвастаетесь ли Вы иногда?
28. Смогли ли Вы в случае надобности зарезать домашнее животное или птицу?
29. Раздражает ли Вас, если штора или скатерть висит неровно, стараетесь ли Вы это поправить?
30. Боялись ли Вы в детстве оставаться дома один?
31. Часто ли портится Ваше настроение без видимых причин?
32. Случалось ли Вам быть одним из лучших в Вашей профессиональной или учебной деятельности?
33. Легко ли Вы впадаете в гнев?
34. Способны ли Вы быть шаловливо-веселым?
35. Бываю ли у Вас состояния, когда Вы переполнены счастьем?
36. Смогли бы Вы играть роль конферансье в веселых представлениях?
37. Лгали Вы когда-нибудь в своей жизни?
38. Говорите ли Вы людям свое мнение о них прямо в глаза?
39. Можете ли Вы спокойно смотреть на кровь?
40. Нравится ли Вам работа, когда только Вы один ответственны за нее?
41. Заступаетесь ли Вы за людей, по отношению к которым допущена несправедливость?
42. Беспокоит ли Вас необходимость спуститься в темный погреб, войти в пустую, темную комнату?
43. Предпочитаете ли Вы деятельность, которую нужно выполнять долго и точно, той, которая не требует большой кропотливости и делается быстро?
44. Вы очень общительный человек?
45. Охотно ли Вы в школе декламировали стихи?
46. Сбегали ли Вы в детстве из дому?
47. Обычно Вы без колебаний уступаете место в автобусе старейшим пассажирам?
48. Часто ли Вам жизнь кажется тяжелой?
49. Случалось ли Вам так расстраиваться из-за какого-нибудь конфликта, что после этого Вы чувствовали себя не в состоянии пойти на работу?
50. Можно ли сказать, что при неудаче Вы сохраняете чувство юмора?

26

51. Стараетесь ли Вы помириться, если кого-нибудь обидели? Предпринимаете ли Вы первым шаги к примирению?
52. Очень ли Вы любите животных?
53. Случалось ли Вам, уходя из дома, возвратиться, чтобы проверить: не произошло ли чего-нибудь?
54. Беспокоили ли Вас когда-нибудь мысли, что с Вами или с Вашими родственниками должно что-либо случиться?
55. Существенно ли зависит Ваше настроение от погоды?
56. Трудно ли Вам выступать перед большой аудиторией?
57. Можете ли Вы, рассердившись на кого-либо, пустить в ход руки?
58. Очень ли Вы любите веселиться?
59. Вы всегда говорите то, что думаете?
60. Можете ли Вы под влиянием разочарования впасть в отчаяние?
61. Привлекает ли Вас роль организатора в каком-нибудь деле?
62. Упорствуете ли Вы на пути к достижению цели, если встречается какое-либо препятствие?
63. Чувствовали ли Вы когда-нибудь удовлетворение при неудачах людей, которые Вам неприятны?
64. Может ли трагический фильм взволновать Вас так, что у Вас на глазах выступят слезы?
65. Часто ли Вам мешают уснуть мысли о проблемах прошлого или о будущем дне?
66. Свойственно ли было Вам в школьные годы подсказывать или давать списывать товарищам?
67. Смогли бы Вы пройти в темноте один через кладбище?
68. Вы, не раздумывая, вернули бы лишние деньги в кассу, если бы обнаружили, что получили их слишком много?
69. Большое ли значение Вы придаете тому, что каждая вещь в Вашем доме должна находиться на своем месте?
70. Случается ли Вам, что, ложась спать в отличном настроении, следующим утром Вы встаете в плохом расположении духа, которое длится несколько часов?
71. Легко ли Вы приспосабливаетесь к новой ситуации?
72. Часто ли у Вас бывают головокружения?
73. Часто ли Вы смеетесь?
74. Сможете ли Вы относиться к человеку, о котором Вы плохого мнения, так приветливо, что никто не догадается о Вашем действительном отношении к нему?
75. Вы человек живой и подвижный?
76. Сильно ли Вы страдаете, когда совершается несправедливость?

27

РЕПОЗИТОРИЙ

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ имени Ф. СКОРИНЫ

77. Вы страстный любитель природы?
 78. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли Вы закрыты ли краны, погашен ли везде свет, заперты ли двери?
 79. Пугливы ли Вы?
 80. Может ли принятие алкоголя изменить Ваше настроение?
 81. Охотно ли Вы принимаете участие в кружках художественной самодеятельности?
 82. Тянет ли Вас иногда уехать далеко от дома?
 83. Смотрите ли Вы на будущее немного пессимистично?
 84. Бывают ли у Вас переходы от веселого настроения к тоскливому?
 85. Можете ли Вы развлекать общество, быть душой компании?
 86. Долго ли Вы храните чувство гнева, досады?
 87. Переживаете ли Вы длительное время горести других людей?
 88. Всегда ли Вы соглашаетесь с замечаниями в свой адрес, правильность которых сознаете?
 89. Могли ли Вы в школьные годы переписать из-за помарок страницу в тетради?
 90. Вы по отношению к людям больше осторожны и недоверчивы, чем доверчивы?
 91. Часто ли у Вас бывают страшные сновидения?
 92. Бывают ли у Вас иногда такие навязчивые мысли, что если Вы стоите на перроне, то можете против своей воли кинуться под приближающийся поезд или можете кинуться из окна верхнего этажа большого дома?
 93. Становитесь ли Вы веселее в обществе веселых людей?
 94. Вы – человек, который не думает о сложных проблемах, а если и занимается ими, то недолго.
 95. Совершаете ли Вы под влиянием алкоголя внезапные импульсивные поступки?
 96. В беседах Вы больше молчите, чем говорите?
 97. Могли бы Вы, изображая кого-нибудь, так увлечься, чтобы на время забыть, какой Вы на самом деле?

Обработка результатов. Количество совпадающих с ключом ответов умножается на значение коэффициента соответствующего типа акцентуации; если полученная величина превышает 18, то это свидетельствует о выраженности данного типа акцентуации.

Таблица 4 – Ключ ответов опросника

Свойства характера	Коэффициент	«ДА» № вопросов	«НЕТ» № вопросов
Гипертимность	3	1, 12, 25, 36, 50, 61, 75, 85	–
Дистимичность	3	10, 23, 48, 83, 96	34, 58, 73
Циклотимность	3	6, 20, 31, 44, 55, 70, 80, 93	–
Эмоциональность	3	3, 14, 52, 64, 77, 87	28, 39
Демонстративность	2	7, 21, 24, 32, 45, 49, 71, 74, 81, 94, 97	56
Застревание	2	2, 16, 26, 38, 41, 62, 76, 86, 90	13, 51
Педантичность	2	4, 15, 19, 29, 43, 53, 65, 69, 78, 89, 92	40
Тревожность	3	17, 30, 42, 54, 79, 91	5, 67
Возбудимость	3	8, 22, 33, 46, 57, 72, 82, 95	–
Экзальтированность	6	11, 35, 60, 84	–
Ложь	1	9, 47, 59, 68, 88	18, 27, 37, 63

Краткая характеристика акцентуаций

1. Гипертимность. Люди, склонные к повышенному настроению, оптимисты, быстро переключаются с одного дела на другое, не доводят начатого до конца, недисциплинированные, легко попадают под влияние неблагоприятных компаний. Подростки склонны к приключениям, романтике. Не терпят власти над собой, не любят, когда их опекают. Тенденция к доминированию, лидированию. Чрезмерно повышенное настроение может приводить к неадекватности поведения – «патологический счастливчик». В патологии – невроз навязчивых состояний.

2. Застревание – склонность к «застреванию аффекта», к бредовым реакциям. Люди педантичные, злопамятные, долго помнят обиды, сердятся, обижаются. Нередко на этой почве могут появиться навязчивые идеи. Сильно одержимы одной идеей. Слишком устремленные, «упертые в одно», «зашкаленные». В эмоциональном отношении ригидны. Иногда могут давать аффективные вспышки, могут проявлять агрессию. В патологии – паранояльный психопат.

3. Эмотивность. Люди, у которых преувеличенно проявляется эмоциональная чувствительность, резко меняется настроение по незначительному для окружающих поводу. От настроения зависит все: и работоспособность, и самочувствие. Тонко организована эмоциональная сфера: способны глубоко чувствовать и переживать. Склонны к добрым отношениям с окружающими. В любви ранимы, как никто

другой. Крайне болезненно воспринимают грубость, хамство, приходят в отчаяние, депрессию, если происходит разрыв или ухудшение отношений с близкими людьми.

4. Педантичность. Преобладание черт ригидности и педантизма. Люди ригидны, им трудно переключаться с одной эмоции на другую. Любят, чтобы все было на своих местах, чтобы люди четко оформляли свои мысли – крайний педантизм. Идея порядка и аккуратности становится главным смыслом жизни. Периоды злобно-тоскливого настроения, все их раздражает. В патологии – эпилептоидная психопатия. Могут проявлять агрессию.

5. Тревожность. Люди меланхолического (либо холерического) склада с очень высоким уровнем конституционной тревожности, не уверены в себе. Недоценивают, преуменьшают свои способности. Пугаются ответственности, опасаются всевозможных неприятностей для себя и своих родных, не могут унять свои страхи и тревогу, «притягивая» к себе и близким реализацию своих страхов и опасений.

6. Циклотимность. Резкие перепады настроения. Хорошее настроение коротко, плохое длительно. При депрессии ведут себя как тревожные (см. п. 5), быстро утомляются, приходят в отчаяние от неприятностей, вплоть до попыток самоубийства. При хорошем настроении ведут себя как гипертимные (см. п. 1).

7. Демонстративность. В патологии – психопатия истерического типа. Люди, у которых сильно выражен эгоцентризм, стремление быть постоянно в центре внимания («пусть ненавидят, лишь бы не были равнодушными»). Таких людей много среди артистов. Если нет способностей, чтобы выделиться, тогда они привлекают внимание антисоциальными поступками. Патологическая лживость – чтобы приукрасить свою особу. Склонны носить яркую, экстравагантную одежду – могут быть определены чисто внешне.

8. Возбудимость. Склонность к повышенной импульсивной реактивности в сфере влечения. В патологии – эпилептоидная психопатия.

9. Дистимичность. Склонность к расстройствам настроения. Противоположность – гипертимности. Настроение пониженное, пессимизм, мрачный взгляд на вещи, утомляемость. Быстро истощается в контактах и предпочитает одиночество.

10. Экзальтированность. Склонность к аффективной экзальтации (близко к демонстративности, но там из-за характера). Здесь идут те же проявления, но на уровне эмоций (все идет от темперамента). Религиозный экстаз.

Исследование характерологических тенденций

Цель исследования: установить преобладающие характерологические тенденции личности.

Материал и оборудование: перечень 128 черт, предложенный Т. Лири для составления характерологического портрета человека, два регистрационных бланка и карандаши.

Методики исследования. Исследование характерологических тенденций состоит из двух методик. На первом этапе используется методика самооценки испытуемым собственных свойств, а на втором – методика взаимооценки. Поэтому в исследовательскую группу входят экспериментатор и два испытуемых, желательно таких, которые знают друг друга хотя бы 1,5–2 месяца.

Методики исследования могут применяться последовательно то одним, то другим испытуемым, либо одновременно. В последнем случае важно, чтобы испытуемые были размещены не ближе чем 2 м друг от друга. Каждый из них получает перечень из 128 черт, регистрационный бланк и карандаш. Экспериментатор дает им инструкции и при одновременной работе двух испытуемых следит за соблюдением самостоятельности.

Инструкция первому испытуемому для самооценки черт характера: «Перед Вами перечень признаков или черт, с помощью которых можно описать психологический портрет любого человека. Отберите из всего набора те, которые Вы с полной уверенностью можете отнести к себе, и обведите соответствующий номер черты в регистрационном бланке. Старайтесь быть искренним и по возможности объективным».

Инструкция второму испытуемому для взаимооценки черт характера: «Перед Вами перечень признаков или черт, с помощью которых можно описать психологический портрет любого человека. Отберите из всего набора те, которые Вы с полной уверенностью можете отнести к Н. (то есть первому испытуемому), и обведите номер соответствующей черты в регистрационном бланке. Старайтесь быть по возможности объективным».

Перечень черт

- | | |
|--|----------------------------|
| 1. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи. | 65. Безынициативный. |
| 2. Уверен в себе. | 66. Способен быть суровым. |
| 3. Пользуется уважением у других. | 67. Деликатный. |
| 4. Не терпит, чтобы им командовали. | 68. Всем симпатизирует. |
| 5. Откровенный. | 69. Деловитый, практичный. |

РЕПОЗИТОРИИ

60. Любит «поплакаться».
61. Робкий.
62. Обидчивый, шепетильный.
63. Часто недружелюбен.
64. Властный.
124. Стремится ужиться с другими.
125. Неуверенный в себе.
126. Старается утешить каждого.
127. Самобичующий.
128. Бесчувственный, равнодушный.

Таблица 5 – Регистрационный бланк

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105
106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128							

Обработка результатов. Цель обработки результатов – получить индексы восьми характерологических тенденций и на их основе высчитать показатели двух основных тенденций: «Доминирование» и «Дружелюбие». Результаты исследования по методикам самооценки и взаимооценки обрабатываются по одному и тому же принципу: сначала подсчитывают в баллах индексы по каждой тенденции с помощью нижеприведенного ключа и результаты заносятся в таблицу, а потом по специальной формуле определяют показатели доминирования и дружелюбия.

Формулы для подсчета показателей основных тенденций составляются из величин восьми характерологических тенденций, обозначенных римскими цифрами.

$$\text{Доминирование} = I - V + 0,7 \times (VIII + II - IV - VI),$$

$$\text{Дружелюбие} = VII - III + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI).$$

Таблица 6 – Ключ для подсчета показателей

Номера тенденций	Номера перечня черт
I.	3, 10, 11, 19, 20, 22, 24, 30, 33, 40, 50, 64, 83, 86, 105, 113
II.	2, 12, 16, 28, 32, 47, 56, 69, 72, 74, 78, 79, 93, 104, 118, 123
III.	5, 15, 17, 37, 52, 53, 54, 63, 66, 99, 106, 108, 115, 116, 120, 128
IV.	4, 6, 34, 35, 38, 51, 57, 59, 60, 62, 88, 89, 90, 114, 119, 122
V.	18, 27, 41, 44, 45, 48, 61, 65, 77, 96, 100, 101, 112, 117, 125, 127
VI.	9, 7, 8, 14, 25, 31, 39, 58, 75, 82, 85, 87, 95, 110, 111, 121
VII.	1, 36, 43, 55, 68, 71, 73, 76, 81, 84, 94, 97, 102, 107, 109, 124
VIII.	13, 21, 23, 26, 29, 42, 46, 49, 67, 70, 80, 91, 92, 98, 103, 126

Анализ результатов. Вначале анализируются показатели каждой из восьми характерологических тенденций, устанавливаются наиболее и наименее выраженные тенденции в характере испытуемого по методике самооценки и взаимооценки. Минимальное значение тенденции – 0, а максимальное – 16.

Каждая характерологическая тенденция имеет три степени выраженности. Эти степени приведены в расшифровке последовательно и подчеркнуты. Первая степень при величинах индексов от 1 до 5 баллов представляет собой адаптивный вариант проявляющейся черты характера по отношению к другим людям. Вторая степень – промежуточный вариант при баллах от 6 до 10. Третья степень, если индекс более 10 баллов, – свидетельство дезадаптивности тенденции характера. В целом можно считать, что чем больше величина индекса, тем значимее соответствующая характерологическая тенденция.

Номера тенденций расшифровываются следующим образом.

Первая тенденция (I) – доминантность – власть – деспотичность – отражает лидерские данные, стремление к доминированию, независимости, способности брать на себя ответственность.

Вторая тенденция (II) – уверенность в себе – самоуверенность – самовлюбленность – отражает уверенность в себе, независимость, деловитость, в крайнем проявлении – эгоистичность и черствость.

Третья тенденция (III) – требовательность – непримиримость – жестокость – позволяет оценить такие качества, как

раздражительность, критичность, нетерпимость к ошибкам партнера. Крайняя выраженность этой тенденции может проявляться в насмешливости и язвительности.

Четвертая тенденция (IV) – скептицизм – упрямство – негативизм – характеризует недоверчивость, положительность, ревность, обидчивость и злопамятность.

Пятая тенденция (V) – уступчивость – кротость – пассивная подчиняемость – позволяет оценить критичность к себе, скромность, робость, стыдливость.

Шестая тенденция (VI) – доверчивость – послушность – зависимость – оценивает такие качества, как уважительность, благодарность, стремление доставлять радость партнеру.

Седьмая тенденция (VII) – добросердечие – несамостоятельность – чрезмерный конформизм – характеризует способность к взаимопомощи, общительность, доброжелательность, внимательность.

Восьмая тенденция (VIII) – отзывчивость – бескорыстие – жертвенность – отражает деликатность, нежность, стремление заботиться о близких, а также терпимость к недостаткам и умение прощать.

Познание характера человека позволяет прогнозировать поведение человека и заранее корректировать и контролировать способы обращения к другим людям, действия и поступки. Особого внимания заслуживает анализ основных тенденций, какими являются доминирование и дружелюбие. В случае преобладания доминирования вероятнее конфликты и неправильное понимание отношений людей, сложнее организация эффективного с психологической точки зрения взаимодействия. Потому важно настроиться на дружелюбное и кооперативное взаимоотношение с другими.

Исследование самооценки личности

Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности, самооценка является важным регулятором ее поведения. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека, т. е. степенью трудности целей, которые он ставит перед собой. Расхождение между притязаниями и реальными возможностями человека ведет к тому, что он начинает неправильно себя оценивать, вследствие чего его поведение становится неадекватным. Самооценка

получает объективное выражение в том, как человек оценивает возможности и результаты деятельности других (например, принимает их при завышенной самооценке).

Цель работы: определить уровень самооценки.

Материал и оборудование: список слов или специальный бланк со словами, характеризующими отдельные качества личности, ручка.

Это исследование имеет два существенно различающихся по процедуре варианта определения самооценки личности. В обоих случаях можно работать как с одним испытуемым, так и с группой.

Первый вариант исследования. В основе исследования самооценки в этом варианте методики лежит способ ранжирования. Процедура исследования включает две серии. Материалом, с которым работают испытуемые, является напечатанный на специальном бланке список слов, характеризующих отдельные качества личности. Каждый испытуемый получает такой бланк в начале исследования. При работе с группой испытуемых важно обеспечить строгую самостоятельность ранжирования.

Первая серия. Задача первой серии: выявить представление человека о качествах своего идеала, то есть «Я»-идеальное. Для этого слова, напечатанные на бланке, испытуемый должен расположить в порядке предпочтения. **Инструкция испытуемому:** «Прочитайте внимательно все слова, характеризующие качества личности. Рассмотрите эти качества с точки зрения присущности их идеальной личности, то есть с точки зрения полезности, социальной значимости и желательности. Для этого проранжируйте их, оценив каждое в баллах от 20 до 1. Оценку 20 поставьте в бланке, в колонке 1 слева от того качества, которое, по Вашему мнению, является самым полезным и желательным для людей.

Оценку 1 – в той же колонке 1 слева от качества, которое наименее полезно, значимо и желательно. Все остальные оценки от 19 до 2 расположите в соответствии с Вашим отношением ко всем остальным качествам. Следите, чтобы ни одна оценка не повторилась дважды».

Вторая серия. Задача второй серии: выявить представление человека о своих собственных качествах, то есть его «Я»-реальное. Как и в первой серии испытуемого просят проранжировать напечатанные на бланке слова, но уже с точки зрения характерности или присущности обозначаемых ими качеств личности себе самому. **Инструкция испытуемому:** «Прочитайте снова все слова, характеризующие качества личности. Рассмотрите эти качества с точки зрения присущности их Вам. Проранжируйте их в колонке 2, оценив каждое от 20 до 1.

Оценку 20 – поставьте справа от того качества, которое, по Вашему мнению, является присущим Вам в наибольшей степени, оценку 19 – поставьте тому качеству, которое характерно для Вас несколько меньше, чем первое, и так далее. Тогда оценкой 1 у Вас будет обозначено то качество, которое присуще Вам меньше, чем все остальные. Следите, чтобы оценки-ранги не повторялись дважды».

Бланк со словами, характеризующими качества личности, выглядит следующим образом:

Таблица 7 – Бланк ответов

№1	Качества личности	№2	d	d2
	Уступчивость			
	Смелость			
	Вспыльчивость			
	Нервозность			
	Терпеливость			
	Увлекаемость			
	Пассивность			
	Холодность			
	Энтузиазм			
	Осторожность			
	Капризность			
	Медлительность			
	Нерешительность			
	Энергичность			
	Жизнерадостность			
	Мнительность			
	Упрямство			
	Беспечность			
	Застенчивость			
	Ответственность			

Обработка результатов. Цель обработки результатов – определение связи между ранговыми оценками качеств личности, входящими в представления «Я»-идеальное и «Я»-реальное. Мера связи устанавливается с помощью коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена. Оценки от 1 до 20 предложенных качеств в обоих рядах принимаются за их ранги. Разность рангов, определяющих место того или иного качества личности, дает возможность вычислить коэффициент по формуле:

$$r = 1 - 6(\sum d^2/n(n^2 - 1)),$$

где n – число предложенных качеств личности ($n = 20$);

d – разность номеров рангов.

Чтобы высчитать коэффициент, необходимо вначале подсчитать на бланке, в специально отведенной колонке, разность рангов (d) по каждому предложенному качеству. Затем каждое полученное значение разности рангов (d) возводят в квадрат и записывают результат на бланке в колонке (d), суммируют и сумму ($\sum d^2$) вносят в формулу.

Если количество качеств равно 20, то формула имеет упрощенный вид:

$$r = 1 - 0,00075 \sum d^2.$$

Коэффициент ранговой корреляции (r) может находиться в интервале от -1 до $+1$. Если полученный коэффициент не менее $-0,37$ и не более $+0,37$ (при $p = 0,05$), то это указывает на слабую незначимую связь (или ее отсутствие) между представлениями человека о качествах своего идеала и своих реальных качествах. Такой показатель может быть вызван несоблюдением испытуемым инструкции. Но если инструкция выполнялась, то малая связь означает нечеткое и недифференцированное представление человеком своего идеального «Я» и «Я»-реального.

Значение коэффициента корреляции от $+0,38$ до $+1$ – свидетельство наличия значимой положительной связи между «Я»-идеальным и «Я»-реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при R от $+0,39$ до $+0,89$, тенденции к завышению. Но, значения от $+0,9$ до $+1$ часто выражают неадекватно завышенное самооценивание. Значение коэффициента корреляции в интервале от $-0,38$ до -1 говорит о наличии значимой отрицательной связи между «Я»-идеальным и «Я»-реальным. Он отражает несоответствие или расхождение представлений человека о том, каким ему нужно быть, и тем, какой он, по его представлению, на самом деле. Это несоответствие предлагается интерпретировать как заниженную самооценку. Чем ближе коэффициент к -1 , тем больше степень несоответствия.

Второй вариант исследования. Второй вариант исследования самооценки основан на способе выбора. Материалом является список слов, характеризующих отдельные качества личности. Этот вариант исследования также состоит из двух серий.

Первая серия. Задача первой серии: определить список и количество эталонных качеств желаемого и нежелаемого образа – «Я». Испытуемого просят просмотреть слова из списка и, выбрав, составить два ряда. В один ряд нужно записать слова, обозначающие те качества

личности, которые относятся к субъективному идеалу, то есть составляют «положительное» множество, а в другой ряд – те качества, которые нежелательны, то есть составляют «отрицательное» множество. **Инструкция испытуемому:** «Посмотрите внимательно на список предложенных слов, характеризующих личность. В левом столбике на листе бумаги запишите те качества, которые Вы хотели бы у себя иметь, а в правый – те, которые не хотели бы у себя иметь. Качества, смысл которых Вам непонятен или которые Вы не можете отнести ни в один, ни в другой столбик, никуда не пишите. Не думайте о том, есть ли данное качество у Вас или нет, важно только одно: хотите его иметь или нет».

Вторая серия. Задача второй серии: определить набор качеств личности испытуемого, которые, по его мнению, ему присущи среди выбранных эталонных качеств «положительного» и «отрицательного» множества. **Инструкция испытуемому:** «Просмотрите внимательно слова, записанные Вами в левый и в правый столбик, и отметьте крестиком или галочкой те качества, которые, по Вашему мнению, Вам присущи».

Список качеств, характеризующих личность

Аккуратность, беспечность, вдумчивость, вспыльчивость, восприимчивость, гордость, грубость, жизнерадостность, заботливость, завистливость, застенчивость, злопамятность, искренность, изысканность, капризность, легкоеверие, медлительность, мечтательность, мнительность, мстительность, настойчивость, нежность, непринужденность, нервозность, нерешительность, несдержанность, обаяние, обидчивость, осторожность, отзывчивость, педантичность, подвижность, подозрительность, принципиальность, поэтичность, презрительность, радушие, развязность, рассудочность, решительность, самозабвение, сдержанность, сострадательность, стыдливость, терпеливость, трусость, увлекаемость, упорство, уступчивость, холодность, энтузиазм.

Обработка результатов. Цель обработки результатов – получение коэффициентов самооценки по «положительному» (CO+) и «отрицательному» (CO-) множествам. Для подсчета каждого из коэффициентов количество качеств в столбике, определенных испытуемым как присущих ему (M), делит на все количество качеств в данном столбике (N). Формулы для подсчета коэффициентов выглядят следующим образом:

$$CO+ = M+ / N+ ; \quad CO- = M- / N- ;$$

где M+ и M- – количество качеств в «положительном» и «отрицательном» множествах, соответственно, отмеченных испытуемым, как присущие ему;

N+ и N- – количество эталонных качеств, т. е. количество слов правого и левого столбика соответственно.

Таблица 8 – Уровень самооценки

CO+	CO-	Уровень самооценки
1-0,76	0-0,25	неадекватная, завышенная
0,75-0,51	0,26-0,49	адекватная с тенденцией к завышению
0,5	0,5	адекватная
0,49-0,26	0,51-0,75	адекватная с тенденцией к занижению
0,25-0	0,76-1	неадекватная, заниженная

Определяя уровень самооценки и ее адекватность, важно учитывать не только величину полученного коэффициента, но и количество качеств, составляющих то или иное множество (N+ и N-). Чем меньше качеств, тем примитивнее соответствующий эталон. Кроме того, уровень самооценки по «положительному» и «отрицательному» множеству у некоторых испытуемых может не совпадать. Это требует специального анализа и может быть вызвано защитными механизмами личности.

Анализ результатов. В двух предложенных вариантах исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между «Я»-идеальным и «Я»-реальным. Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или субъективном мнении, являются они истинными или ложными. Качества, которые человек приписывает самому себе, далеко не всегда адекватны. Процесс самооценивания может происходить двумя путями: 1) путем сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности и 2) путем сравнения себя с другими людьми.

Однако, независимо от того, лежат ли в основе самооценки собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно-заданные стандарты, самооценка всегда носит субъективный характер, при этом ее показателями могут выступать адекватность и уровень.

Адекватность самооценивания выражает степень соответствия представлений человека о себе с объективными основаниями этих

представлений. Так, например, неадекватность в оценивании своего внешнего вида может быть вызвана, с одной стороны, ориентацией человека на внешние стандарты, оценки и искаженным представлением об этих оценках или незнанием их, с другой стороны.

Уровень самооценки выражает степень реальных и идеальных или желаемых представлений о себе. Адекватную самооценку с тенденцией к завышению можно приравнять к позитивному отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной полноценности. Низкая самооценка, наоборот, может быть связана с негативным отношением к себе, неприятием себя, ощущением собственной неполноценности.

Выводы об адекватности и уровне самооценки будут надежными, если результаты совпадают по двум вариантам методики или подтверждаются наблюдением.

В процессе формирования самооценки важную роль играет сопоставление образа реального «Я» с образом идеального «Я». Поэтому тот, кто достигает в реальности характеристик, соответствующих идеалу, будет иметь высокую самооценку, даже если идеальный образ не отличается объемом и когнитивной сложностью. Если же человек рефлексирует разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой.

Второй фактор, важный для формирования самооценки, связан с интериоризацией оценок и социальных реакций других людей, а также с позицией, выбираемой человеком в системе общественных и межличностных отношений. Адекватная самооценка способствует достижению внутренней согласованности.

Литература

- 1 Лабораторный практикум по общей психологии / сост. Н. И. Мурачковский, Т. В. Громыко. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2000. – 27 с.
- 2 Методики психодиагностики в спорте: учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / В. Л. Маришук [и др.]. – Изд. 2-е. – М. : Просвещение, 1990. – 267 с.
- 3 Методики психодиагностики в учебно-воспитательном процессе / сост. В. В. Гришин, П. В. Лушин. – М. : ИКА «Москва», 1990. – 274 с.
- 4 Общая психология: учеб. для студентов / А. В. Петровский [и др.]; под ред. А. В. Петровского. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Просвещение, 1986. – 479 с.
- 5 Общая психология: учеб. пособие / Л. А. Вайнштейн [и др.]. – Мн. : Тесей, 2005. – 368 с.
- 6 Общая психология: практическое пособие по выполнению лабораторных работ для слушателей специальности 1 – 03 04 72 «Практическая психология» / авт.-сост. Н. Н. Дудаль; – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2006. – 71 с.
- 7 Практические занятия по психологии / сост. Н. Б. Берхин, С. Ф. Спичак; под ред. А. В. Петровского. – М. : Просвещение, 1972. – 321 с.
- 8 Практикум по общей психологии: учеб. пособие для студентов пед. ин-тов / А. И. Абраменко [и др.]; под ред. А. И. Щербакова. – Изд. 2-е. – М. : Просвещение, 1990. – 167 с.
- 9 Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: учеб. пособие / под ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. – Изд. 2-е. – СПб. : Питер, 2001. – 255 с.
- 10 Практикум по общей психологии / В. В. Богословский, Т. И. Бочарева, А. И. Великородный; под ред. А. И. Щербакова. – М. : Просвещение, 1979. – 302 с.
- 11 Практикум по психодиагностике. Психодиагностические материалы / под ред. А. А. Бодалева [и др.]. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 267 с.

Установа адукацыі
"Гомельскі дзяржаўны ўніверсітэт
імя Францыска Скарыны"
БІБЛІЯТЭКА

РЕПОЗИТОРИЙ

Производственно-практическое издание

**ПСИХОЛОГИЯ
ХАРАКТЕР**

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

для студентов специальности 1-03 04 02-02
«Социальная педагогика. Практическая психология»

Составитель
ДУДАЛЬ Наталья Николаевна

Редактор *В. И. Шкредова*
Корректор *В. В. Калугина*

Подписано в печать 08.02.2012. Формат 60×84¹/₁₆.

Бумага офсетная. Ризография. Усл. печ. л. 2,5.

Уч.- изд. л. 2,8. Тираж 50 экз. Заказ № 94.

2972-00

Издатель и полиграфическое исполнение:
учреждение образования
«Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины»
ЛИ № 02330/0549481 от 14.05.2009.
Ул. Советская, 104, 246019, г. Гомель

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ