

**Серия «Библиотека
молодого педагога»**

**Диагностика
особенностей адаптации,
деятельности
и профессионально-личностных
затруднений молодого педагога**

Сборник диагностических методик

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет имени И. Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И. Н. Ульянова»)**

Серия «Библиотека молодого педагога»

**Диагностика
особенностей адаптации, деятельности
и профессионально-личностных
затруднений молодого педагога**

Сборник диагностических методик

УЛЬЯНОВСК

2018

3

УДК 37.082
ББК 74.3
Д 44

Печатается по решению редакцион-
но-издательского совета ФГБОУ ВО
«УлГПУ им. И. Н. Ульянова»

Рецензенты:

Володина Т. В. – специалист по учебно-методической работе отдела перспективных исследований и проектов ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И. Н. Ульянова», кандидат психологических наук

Галацкова И. А. – педагог-психолог ГАУ ДО «Областная детская школа искусств», кандидат педагогических наук

Д 44 Диагностика особенностей адаптации, деятельности и профессионально-личностных затруднений молодого педагога [Текст] : Сборник диагностических методик. Серия «Библиотека молодого педагога» / Авторы-составители: Данилов С. В., Шустова Л. П., Кузнецова Н. И. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2018. – 98 с. – 100 экз.

В работе представлен широкий репертуар психологических методик и тестов, анкет, которые помогут организовать практическую работу по сопровождению развития молодых педагогов.

Сборник адресован начинающим педагогам, методистам, наставникам, руководителям образовательных организаций, специалистам органов управления образованием. Материалы, представленные в настоящей работе, могут быть использованы преподавателями и слушателями в процессе реализации дополнительных образовательных программ повышения квалификации и профессиональной переподготовки.

Сборник подготовлен при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 18-413-730007.

© ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И. Н. Ульянова», 2018.

© Данилов С. В., Шустова Л. П., Кузнецова Н. И., 2018.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	7
1. Диагностика особенностей адаптации и профессионально-личностных затруднений молодого педагога	8
1.1. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина	8
1.2. Методика самооценки тревожности, ригидности и экстравертированности (по Д. Моудсли)	14
1.3. Опросник ситуативной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (в адаптации Ю. Л. Ханина)	16
1.4. Диагностика состояния агрессии (Опросник А. Басса-А. Дарки)	20
1.5. Методика диагностики «помех» в установлении эмоциональных контактов В. В. Бойко	24
1.6. Анкета «Изучение затруднений педагогов на начальном этапе профессиональной карьеры» (С. В. Данилов, Л. П. Шустова, Т. В. Володина)	25
1.7. Анкета для экспресс-диагностики профессиональных затруднений молодых педагогов (С. В. Данилов, Л. П. Шустова, Н. И. Кузнецова)	29
2. Диагностика профессионально значимых личностных качеств молодого педагога	32
2.1. Исследование особенностей темперамента (Опросник ЕРІ – методика Г. Айзенка, адаптированная А. Г. Шмелевым)	32
2.2. Диагностика акцентуаций характера (Тест – опросник Г. Шмишека)	37
2.3. Методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей личности (Методика В. Синявского и Б. А. Федоришина)	45
2.4. Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича	52
2.5. Опросник С. Бем	54
2.6. Шкала «маскулинность – фемининность» Фрайбургского личностного опросника (FPI)	56
3. Диагностика особенностей деятельности молодого педагога	59
3.1. Диагностика самоактуализации личности А. В. Лазукина (в адаптации Н. Ф. Калина)	59
3.2. Методика А. С. Лачинса «Гибкость мышления»	66
3.3. Диагностика мотивации достижения (А. Мехрабиан)	66

3.4. Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса (Опросник Т. Элерса для изучения мотивации достижения успеха)	71
3.5. Методика диагностики мотивации избегания неудач Т. Элерса	74
3.6. Диагностика индивидуального стиля деятельности учителя (Методика А. К. Марковой и А. Я. Никоновой)	76
3.7. Методика исследования стиля поведения «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур»	82
3.8. Тест «Оценки своего стиля руководства» (Методика А. В. Жуплева)	86
3.9. Изучение стиля поведения в конфликте (Методика К. Томаса – Р. Килманна в адаптации Н. В. Гришиной)	91
Библиография	95

ВВЕДЕНИЕ

Одним из приоритетов современной системы образования в России является развитие кадрового потенциала образовательных учреждений. Работа в этом направлении сегодня сосредоточена на реализации национальной системы учительского роста, которая отражает идею уровневого подхода к квалификации педагога и может рассматриваться как средство сопровождения его профессиональной карьеры.

Очевидно, что преимущества в профессионально-личностном развитии будут у тех, кто в самом начале пути окажется в благоприятной среде и получит необходимую поддержку. Во многих образовательных организациях работа по сопровождению молодых педагогов ведётся целенаправленно и систематично. Необходимым её компонентом является выявление внутренних ресурсов, которые обуславливают эффективность педагогической деятельности. Для определения таких ресурсов и их использования в работе с молодыми педагогами требуются релевантные диагностические средства. Именно их и предлагают авторы-составители данного сборника, который содержит в себе подборку психологических методик и тестов, анкет, способствующих решению данной задачи.

В его первой части подобраны методики, направленные на диагностику особенностей адаптации и профессионально-личностных затруднений молодого педагога. Наряду с широко известными и хорошо зарекомендовавшими себя опросниками (А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина, А. Басса и А. Дарки, Д. Модсли, Ч. Д. Спилбергера, В. В. Бойко) здесь предложены авторские анкеты для изучения профессиональных затруднений молодых педагогов.

Вторая часть сборника объединяет средства диагностики профессионально значимых личностных качеств молодого педагога. Уточнить представления об индивидуально-типологических особенностях учителя можно будет с помощью методики ЕРІ Г. Айзенка и теста Г. Шмишека. Оценить коммуникативные и организаторские склонности – используя методику В. Синявского и Б. А. Федоришина, определить ценностные ориентации – методику М. Рокича, гендерные особенности – опросник С. Бем и шкалу «маскулинность – фемининность» Фрайбургского личностного опросника.

В третьей части сборника сосредоточен инструментарий для диагностики особенностей деятельности молодого педагога. Здесь заинтересованный читатель сможет найти средства для изучения самоактуализации, мотивации, стиля деятельности и руководства, поведения в ситуации конфликта.

Авторы выражают надежду на то, что настоящий сборник серии «Библиотека молодого педагога» вызовет интерес у широкого круга читателей. Однако в первую очередь мы рассчитываем, что он окажется полезным молодым педагогам и их наставникам, руководителям образовательных организаций, специалистам органов управления образованием, университетов, институтов дополнительного педагогического образования – всем, кто связан с сопровождением педагога на начальном этапе профессиональной карьеры.

1. ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ АДАПТАЦИИ МОЛОДОГО ПЕДАГОГА

1.1. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина

Инструкция. Уважаемый коллега! Просим Вас ответить на вопросы опросника. Читайте суждения и отвечайте «да» или «нет». Вариант ответа занесите в бланк ответов.

1. Бывает, что я сержусь.
2. Обычно по утрам я просыпаюсь свежим и отдохнувшим.
3. Сейчас я примерно так же работоспособен, как и всегда.
4. Судьба определённо несправедлива ко мне.
5. Запоры у меня бывают очень редко.
6. Временами мне очень хотелось покинуть свой дом.
7. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
8. Мне кажется, что меня никто не понимает.
9. Считаю, что если кто-то причинил мне зло, то я должен ответить ему тем же.
10. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
11. Мне бывает трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.
12. У меня бывают часто странные и необычные переживания.
13. У меня отсутствовали неприятности из-за моего поведения.
14. В детстве я одно время совершал мелкие кражи.
15. Бывает, что у меня появляется желание ломать или крушить всё вокруг.
16. Бывало, что я целыми днями или даже неделями ничего не мог делать, потому что никак не мог заставить себя взяться за работу.
17. Сон у меня прерывистый и беспокойный.
18. Моя семья относится с неодобрением к той работе, которую я выбрал.
19. Бывали случаи, что я не сдерживал обещаний.
20. Голова у меня болит часто.
21. Раз в неделю или чаще я без всякой видимой причины внезапно ощущаю жар во всём теле.
22. Было бы хорошо, если бы почти все законы отменили.
23. Состояние моего здоровья почти такое же, как у большинства моих знакомых (не хуже).
24. Встречая на улице своих знакомых или школьных друзей, с которыми я давно не виделся, я предпочитаю проходить мимо, если они со мной не заговаривают первыми.
25. Большинству людей, которые меня знают, я нравлюсь.

26. Я человек общительный.
27. Иногда я так настаиваю на своём, что люди теряют терпение.
28. Большую часть времени настроение у меня подавленное.
29. Теперь мне трудно надеяться на то, что я чего-нибудь добьюсь в жизни.
30. У меня мало уверенности в себе.
31. Иногда я говорю неправду.
32. Обычно я считаю, что жизнь – стоящая штука.
33. Я считаю, что большинство людей способны солгать, чтобы продвинуться по службе.
34. Я охотно принимаю участие в собраниях и других общественных мероприятиях.
35. Я ссорюсь с членами моей семьи очень редко.
36. Иногда я испытываю сильное желание нарушить правила приличия или кому-нибудь навредить.
37. Самая трудная борьба для меня – это борьба с самим собой.
38. Мышечные судороги или подёргивания у меня бывают крайне редко (или почти не бывают).
39. Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
40. Иногда, когда я себя неважно чувствую, я бываю раздражительным.
41. Часто у меня такое чувство, что я сделал что-то не то или даже что-то плохое.
42. Некоторые люди до того любят командовать, что меня так и тянет делать все наперекор, даже если я знаю, что они правы.
43. Я часто считаю себя обязанным отстаивать то, что нахожу справедливым.
44. Моя речь сейчас такая же, как всегда (ни быстрее, ни медленнее, нет ни хрипоты, ни невнятности).
45. Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как у большинства моих знакомых.
46. Меня ужасно задевает, когда меня критикуют или ругают.
47. Иногда у меня бывает чувство, что я просто должен нанести повреждение себе или кому-нибудь другому.
48. Моё поведение в значительной мере определяется обычаями тех, кто меня окружает.
49. В детстве у меня была компания, где все старались стоять друг за друга.
50. Иногда меня так и подмывает с кем-нибудь затеять драку.
51. Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
52. Обычно я засыпаю спокойно и меня не тревожат никакие мысли.
53. Последние несколько лет я чувствую себя хорошо.
54. У меня никогда не было ни припадков, ни судорог.
55. Сейчас мой вес постоянен (я не худею и не полнею).
56. Я считаю, что меня часто наказывали незаслуженно.
57. Я легко плачу.
58. Я мало устаю.
59. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.

60. С моим рассудком творится что-то неладное.
61. Чтобы скрыть свою застенчивость, мне приходится затрачивать большие усилия.
62. Приступы головокружения у меня бывают очень редко (или почти не бывают).
63. Меня беспокоят сексуальные вопросы.
64. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.
65. Когда я пытаюсь что-то сделать, часто замечаю, что у меня дрожат руки.
66. Руки у меня такие же ловкие и проворные, как и прежде.
67. Большую часть времени я испытываю общую слабость.
68. Иногда, когда я смущён, я сильно потею, и меня это очень раздражает.
69. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
70. Думаю, что я человек обречённый.
71. Бывали случаи, что мне было трудно удержаться, чтобы что-нибудь не стащить у кого-нибудь или где-нибудь, например, в магазине.
72. Я злоупотреблял спиртными напитками.
73. Я часто о чём-нибудь тревожусь.
74. Мне бы хотелось быть членом нескольких кружков или обществ.
75. Я редко задыхаюсь, и у меня не бывает сильных сердцебиений.
76. Всю свою жизнь я строго следую принципам, основанным на чувстве долга.
77. Случалось, что я препятствовал или поступал наперекор людям просто из принципа, а не потому, что дело было действительно важным.
78. Если мне не грозит штраф и машин поблизости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.
79. Я всегда был независимым и свободным от контроля со стороны семьи.
80. У меня бывали периоды такого сильного беспокойства, что я даже не мог усидеть на месте.
81. Зачастую мои поступки неправильно истолковывались.
82. Мои родители и (или) другие члены моей семьи придираются ко мне больше, чем надо.
83. Кто-то управляет моими мыслями.
84. Люди равнодушны и безразличны к тому, что с тобой случится.
85. Мне нравится быть в компании, где все подшучивают друг над другом.
86. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.
87. Я вполне уверен в себе.
88. Никому не доверять – самое безопасное.
89. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбуждённым и взволнованным.
90. Когда я нахожусь в компании, мне трудно найти подходящую тему для разговора.
91. Мне легко заставить других людей бояться себя, и иногда я это делаю ради забавы.
92. В игре я предпочитаю выигрывать.
93. Глупо осуждать человека, обманувшего того, кто сам позволяет себя обма-

нывать.

94. Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.
95. Я ежедневно выпиваю много воды.
96. Счастливее всего я бываю, когда один.
97. Я возмущаюсь каждый раз, когда узнаю, что преступник по какой-либо причине остался безнаказанным.
98. В моей жизни был один или несколько случаев, когда я чувствовал, что кто-то посредством гипноза заставляет меня совершать те или иные поступки.
99. Я редко заговариваю с людьми первым.
100. У меня никогда не было столкновений с законом.
101. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей – это как бы придает мне вес в собственных глазах.
102. Иногда, без всякой причины у меня вдруг наступают периоды необычайной весёлости.
103. Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.
104. В школе мне было очень трудно говорить перед классом.
105. Люди проявляют по отношению ко мне столько сочувствия и симпатии, сколько я заслуживаю.
106. Я отказываюсь играть в некоторые игры, потому что у меня это плохо получается.
107. Мне кажется, что я завожу друзей с такой же лёгкостью, как и другие.
108. Мне неприятно, когда вокруг меня люди.
109. Мне, как правило, везёт.
110. Меня легко привести в замешательство.
111. Некоторые из членов моей семьи совершали поступки, которые меня пугали.
112. Иногда у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
113. Мне бывает трудно приступить к выполнению нового задания или начать новое дело.
114. Если бы люди не были настроены против меня, я в жизни достиг бы гораздо большего.
115. Мне кажется, что меня никто не понимает.
116. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
117. Я легко теряю терпение с людьми.
118. Часто в новой обстановке я испытываю тревогу.
119. Часто мне хочется умереть.
120. Иногда я бываю так возбуждён, что мне бывает трудно заснуть.
121. Часто я перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с тем, кого я увидел.
122. Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что я не справлюсь с ним.
123. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
124. Даже среди людей я чувствую себя одиноким.

125. Я убеждён, что существует лишь одно-единственное правильное понимание смысла жизни.
126. В гостях я чаще сижу в стороне и разговариваю с кем-нибудь одним, чем принимаю участие в общих развлечениях.
127. Мне часто говорят, что я вспыльчив.
128. Бывает, что я с кем-нибудь посплетничаю.
129. Часто мне бывает неприятно, когда я пытаюсь предостеречь кого-либо от ошибок, а меня понимают неправильно.
130. Я часто обращаюсь к людям за советом.
131. Часто, даже тогда, когда для меня складывается всё хорошо, я чувствую, что мне всё безразлично.
132. Меня довольно трудно вывести из себя.
133. Когда я пытаюсь указать людям на их ошибки или помочь, они часто понимают меня неправильно.
134. Обычно я спокоен и меня нелегко вывести из душевного равновесия.
135. Я заслуживаю сурового наказания за свои проступки.
136. Мне свойственно так сильно переживать свои разочарования, что я не могу заставить себя не думать о них.
137. Временами мне кажется, что я ни на что не пригоден.
138. Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, особо не задумываясь, соглашался с мнением других.
139. Меня весьма беспокоят всевозможные несчастья.
140. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
141. Я думаю, что можно, не нарушая закона, попытаться найти в нём лазейку.
142. Есть люди, которые мне настолько неприятны, что я в глубине души радуюсь, когда они получают нагоняй за что-нибудь.
143. У меня бывали периоды, когда я из-за волнения терял сон.
144. Я посещаю всевозможные общественные мероприятия, потому что это позволяет побывать среди людей.
145. Можно простить людям нарушение правил, которые они считают неразумными.
146. У меня есть дурные привычки, которые настолько сильны, что бороться с ними просто бесполезно.
147. Я охотно знакомлюсь с новыми людьми.
148. Бывает, что неприличная и даже непристойная шутка у меня вызывает смех.
149. Если дело у меня идёт плохо, мне сразу хочется всё бросить.
150. Я предпочитаю действовать согласно собственным планам, а не следовать указаниям других.
151. Люблю, чтобы окружающие знали мою точку зрения.
152. Если я плохого мнения о человеке или даже презираю его, почти не стараюсь скрыть это от него.
153. Я человек нервный и легко возбудимый.
154. Всё у меня получается плохо, не так, как надо.
155. Будущее кажется мне безнадёжным.

156. Люди довольно легко могут изменить моё мнение, даже если до этого оно казалось мне окончательным.
157. Несколько раз в неделю у меня бывает чувство, что должно случиться что-то страшное.
158. Чаще всего я чувствую себя усталым.
159. Я люблю бывать на вечерах и просто в компаниях.
160. Я стараюсь уклониться от конфликтов и затруднительных положений.
161. Меня часто раздражает, что я забываю, куда кладу вещи.
162. Приключенческие рассказы мне нравятся больше, чем о любви.
163. Если я захочу сделать что-то, но окружающие считают, что этого делать не стоит, я легко могу отказаться от своих намерений.
164. Глупо осуждать людей, которые стремятся взять от жизни всё, что могут.
165. Мне безразлично, что обо мне думают другие.

Обработка и интерпретация результатов

Для подсчёта полученных респондентами результатов необходимо сравнить бланк ответа с ключом (расположенным ниже). За каждое совпадение с ключом по шкале опросника респондент получает один балл. Полученную сумму необходимо занести в таблицу результатов в графу «Сумма».

Ключ

Достоверность (Д)

«Нет»: 1, 10, 19, 31, 51, 69, 78, 92, 101, 116, 128, 138, 148

Адаптивные способности (АС)

«Да»: 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 27, 28, 29, 30, 33, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 46, 47, 50, 56, 57, 59, 60, 61, 63, 64, 65, 67, 68, 70, 71, 72, 73, 75, 77, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 86, 88, 89, 90, 91, 93, 94, 95, 96, 98, 99, 102, 103, 104, 106, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 129, 131, 133, 135, 136, 137, 139, 141, 142, 143, 145, 146, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 161, 162, 164, 165

«Нет»: 2, 3, 5, 13, 23, 25, 26, 32, 34, 35, 38, 44, 45, 48, 49, 52, 53, 54, 55, 58, 62, 66, 74, 76, 85, 87, 97, 100, 105, 107, 127, 130, 132, 134, 140, 144, 147, 159, 160, 163

Нервно-психическая устойчивость (НПУ)

«Да»: 4, 6, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 28, 29, 30, 37, 39, 40, 41, 47, 57, 60, 63, 65, 67, 68, 70, 71, 73, 75, 80, 82, 83, 84, 86, 89, 94, 95, 96, 98, 102, 103, 108, 109, ПО, 111, 112, 113, 115, 117, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 129, 131, 135, 136, 137, 139, 143, 146, 149, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 161, 162

«Нет»: 2, 3, 5, 23, 25, 32, 38, 44, 45, 49, 52, 53, 54, 55, 58, 62, 66, 87, 105, 127, 132, 134, 140

Коммуникативные особенности (КО)

«Да»: 9, 24, 27, 33, 46, 61, 64, 81, 88, 90, 99, 104, 106, 114, 121, 126, 133, 142, 151, 152

«Нет»: 26, 34, 35, 48, 74, 85, 107, 130, 144, 147, 159

Моральная нормативность (МН)

«Да»: 14, 22, 36, 42, 50, 56, 59, 72, 77, 79, 91, 93, 125, 141, 145, 150, 164, 165

«Нет»: 13, 76, 97, 100, 160, 163.

Результаты диагностики

№	Название шкалы	Сумма
1.	Достоверность	
2.	Адаптивные способности	
3.	Нервно-психическая устойчивость	
4.	Коммуникативные особенности	
5.	Моральная нормативность	

1.2. Методика самооценки тревожности, ригидности и экстравертированности (по Д. Моудсли)

Инструкция. *Уважаемый коллега! Просим Вас ответить на вопросы опросника. Читайте суждения и отвечайте «да» или «нет». Вариант ответа занесите в бланк.*

1. Бывает ли у вас так, что вы настолько взволнованы какими-то мыслями, что не можете усидеть на одном месте?
2. Вас когда-нибудь тревожила «бесполезная мысль», которая всё время вертелась в голове?
3. Быстро ли вас можно переубедить в чём-либо?
4. Считаете ли вы, что на ваше слово можно положиться?
5. Можете ли вы забыть обо всех делах и пойти повеселиться в хорошей компании?
6. Бывает ли у вас часто так, что вы приняли решение слишком поздно?
7. Считаете ли вы свою работу как нечто само собой разумеющееся?
8. Любите ли вы работу, требующую значительной сосредоточенности, внимания?
9. Любите ли вы вести разговоры о вашем прошлом?
10. Трудно ли вам забыть о ваших делах даже на оживлённой вечеринке?
11. Преследуют ли вас иногда мысли и образы так, что вы не можете спать?
12. Когда вы заняты своей основной работой, то интересуетесь ли в то же время и работой своих товарищей?
13. Часто ли бывают случаи, когда вам необходимо остаться одному?
14. Считаете ли вы себя счастливым человеком?
15. Смущаетесь ли вы в присутствии лиц другого пола?
16. Тревожит ли вас чувство вины?
17. Вы опаздывали когда-нибудь на занятия или свидание?
18. Трудно ли вам переключиться с одного экзамена на другой?

19. Часто ли вы ощущаете своё одиночество?
20. Много ли времени вы проводите в воспоминаниях о лучших временах своего прошлого?
21. Предпочитаете ли вы оставаться незаметным на вечерах, в гостях?
22. Верно ли, что вас довольно трудно задеть?
23. Часто ли вы чувствуете неудовлетворённость?
24. Склонны ли вы довести до конца предыдущую работу, если вам предстоит другая, более интересная?
25. Бывает ли у вас такое ощущение, что ваша работа для вас – дело жизни и смерти.
26. Трудно ли вам отказаться от привычек, которые вам не по душе.
27. Любите ли вы размышлять о своём прошлом?
28. Считаете ли вы себя счастливым человеком, которому в жизни всё легко удаётся?
29. Легко ли вас задеть за живое по различным поводам?
30. Склонны ли вы к быстрым и решительным действиям.
31. Всегда ли вам думается после какого-либо поступка, что вам следовало сделать иначе?
32. Легко ли вы переходите от одного дела к другому?
33. Бывает ли у вас время от времени ощущение одиночества?
34. Работаете ли вы иногда так, будто от этого зависит ваша жизнь?
35. Можете ли вы быстро прервать начатое дело и тут же приступить к выполнению другого задания?

Обработка и интерпретация результатов

Для подсчёта полученных респондентами результатов необходимо сравнить бланк ответа с ключом (расположенным ниже). За каждое совпадение с ключом по шкале опросника респондент получает в соответствии с ключом количество баллов. Полученную сумму необходимо занести в таблицу результатов в графу «Сумма». Для получения итогового значения необходимо с полученным значением произвести арифметические действия в соответствии с предложенной формулой. Полученное значение записать в графу «Итого».

Ключ

Тревожность определяется суммой баллов за ответы «Да» на вопросы 1, 2, 4, 10, 16, 23, 25, 29, 31, 34 и за ответы «Нет» на вопросы 5, 7, 14, 15, 17, 22, 28. За каждый ответ, совпадающий с ключом, ставится **1 балл**.

Ригидность определяется суммой баллов за ответы «Да» на вопросы 18, 24, 26 и за ответы «Нет» на вопросы 3, 12, 32, 35. За каждый ответ, совпадающий с ключом, ставится **2 балла**.

Экстравертированность определяется суммой баллов за ответы «Да» на вопросы 6, 8, 9, 13, 19, 20, 21, 27, 33 и за ответ «Нет» на вопрос 30. За каждый ответ, совпадающий с ключом, ставится **2 балла**.

Результаты диагностики

№	Название шкалы	Сумма	Формула	Итого
1.	Тревожность		Сумма x 60:14+20	
2.	Ригидность		Сумма x 60:14+20	
3.	Экстравертность		Сумма x 60:20+20	

1.3. Опросник ситуативной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (в адаптации Ю. Л. Ханина)

Большинство из известных методов измерения тревожности позволяет оценивать личностную тревожность, либо само наличие состояния тревожности. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личное свойство, и как состояние, является методика, предложенная Ч. Д. Спилбергером и адаптированная на русском языке Ю. Л. Ханиным. Бланк шкал самооценки Спилбергера включает в себя 40 вопросов-рассуждений, 20 из которых предназначены для оценки уровня ситуативной и 20 – для оценки личностной тревожности.

Тестирование по методике Спилбергера – Ханина проводится с применением двух бланков: один бланк для измерения показателей ситуативной тревожности, а второй – для измерения уровня личностной тревожности.

Исследование может проводиться индивидуально или в группе.

Инструкция. *Уважаемый коллега! Прочитайте каждое из приведённых предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.*

Бланк 1. Шкала ситуативной тревожности (СТ)

№	Суждение	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совер- шенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я внутренне скован	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4

9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности, напряжённости	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбуждён, и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

Бланк 2. Шкала личностной тревожности (ЛТ)

№	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
1	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
2	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
3	Я легко могу расстроиться	1	2	3	4
4	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
5	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
6	Я чувствую прилив сил, желание работать	1	2	3	4
7	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
9	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
11	Я всё принимаю близко к сердцу	1	2	3	4

12	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
13	Я чувствую себя незащищенным	1	2	3	4
14	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15	У меня бывает хандра	1	2	3	4
16	Я бываю доволен	1	2	3	4
17	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
18	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
19	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
20	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Ключ

Ситуативная тревожность					Личностная тревожность				
СТ	Ответы				ЛТ	Ответы			
№	1	2	3	4	№	1	2	3	4
1	4	3	2	1	1	4	3	2	1
2	4	3	2	1	2	1	2	3	4
3	1	2	3	4	3	1	2	3	4
4	1	2	3	4	4	1	2	3	4
5	4	3	2	1	5	1	2	3	4
6	1	2	3	4	6	4	3	2	1
7	1	2	3	4	7	4	3	2	1
8	4	3	2	1	8	1	2	3	4
9	1	2	3	4	9	1	2	3	4
10	4	3	2	1	10	4	3	2	1
11	4	3	2	1	11	1	2	3	4
12	1	2	3	4	12	1	2	3	4
13	1	2	3	4	13	1	2	3	4
14	1	2	3	4	14	1	2	3	4
15	4	3	2	1	15	1	2	3	4
16	4	3	2	1	16	4	3	2	1
17	1	2	3	4	17	1	2	3	4
18	1	2	3	4	18	1	2	3	4
19	4	3	2	1	19	4	3	2	1
20	4	3	2	1	20	1	2	3	4

Интерпретация результатов

При анализе результатов надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из подшкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной).

При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности:

- до 30 баллов – низкая,
- 31 – 44 балла – умеренная;
- 45 и более – высокая.

Личности, относимые к категории *высокотревожных*, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Если психологический тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это даёт основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа.

Лицам с *высокой оценкой* тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

Для *низкотревожных* людей, напротив, требуется пробуждение активности, подчёркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

Состояние *реактивной (ситуационной) тревоги* возникает при попадании в стрессовую ситуацию и характеризуется субъективным дискомфортом, напряжённостью, беспокойством и вегетативным возбуждением. Естественно, это состояние отличается неустойчивостью во времени и различной интенсивностью в зависимости от силы воздействия стрессовой ситуации. Таким образом, значение итогового показателя по данной подшкале позволяет оценить не только уровень актуальной тревоги испытуемого, но и определить, находится ли он под воздействием стрессовой ситуации и какова интенсивность этого воздействия на него.

Личностная тревожность представляет собой конституциональную черту, обуславливающую склонность воспринимать угрозу в широком диапазоне ситуаций. При высокой личностной тревожности каждая из этих ситуаций будет обладать стрессовым воздействием на субъекта и вызывать у него выраженную тревогу. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Сопоставление результатов по обеим подшкалам даёт возможность оценить индивидуальную значимость стрессовой ситуации для испытуемого. Шкала Спилбергера в силу своей относительной простоты и эффективности широко применяется в клинике с различными целями: определение выраженности тревожных переживаний, оценка состояния в динамике и др.

1.4. Диагностика состояния агрессии (Опросник А. Басса – А. Дарки)

Методика предназначена для диагностики агрессивных и враждебных реакций человека. Методика широко распространена в зарубежных исследованиях, в которых подтверждаются его высокие валидность и надёжность.

Агрессивное поведение рассматривается как противоположное адаптивному. Высокий уровень агрессивности личности влияет на социальное поведение, способствует проявлению соперничества, конфронтации в отношениях и конфликтов с окружающими людьми, препятствует успешности деятельности.

Агрессивные проявления можно разделить на два основных типа:

- мотивационная агрессия, или агрессия как самооценność;
- инструментальная агрессия как средство.

При этом подразумевают, что оба вида агрессии могут проявляться как под контролем сознания, так и вне его и сопряжены с эмоциональными переживаниями – гневом, враждебностью.

Практических психологов в большей степени должна интересовать мотивационная агрессия как прямое проявление реализации присущих личности деструктивных тенденций. Определив уровень таких деструктивных тенденций, можно с большей степенью вероятности прогнозировать возможность проявления открытой мотивационной агрессии.

Одной из подобных диагностических процедур и является опросник Басса – Дарки. Пользуясь данной методикой, необходимо помнить, что агрессивность как свойство личности и агрессия как акт поведения могут быть поняты в контексте психологического анализа мотивационно-потребностной сферы. Поэтому вопросником Басса – Дарки следует пользоваться в совокупности с другими методиками: личностными тестами (Кеттелл, Спилбергер), проективными методиками (Люшер).

Создавая свой опросник, дифференцирующий проявления агрессии и враждебности, А. Басс и А. Дарки выделили следующие виды реакций:

Физическая агрессия – использование физической силы против другого лица.

Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.

Раздражение – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).

Негативизм – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.

Обида – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

Подозрительность – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

Вербальная агрессия – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызания совести.

При составлении опросника использовались следующие принципы:

- вопрос может относиться только к одной форме агрессии.
- вопросы формулируются таким образом, чтобы в наибольшей степени ослабить влияние общественного одобрения ответа на вопрос.

Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет».

Тест

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполняю.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я не знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызания совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить его.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю несогласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь, я хлопаю дверями.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-то воображает себя начальником, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.

23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, уваливающие от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю всё, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.
30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их «щёлкнули по носу».
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
36. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю этого, меня иногда гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, я не прибегаю к «сильным» выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, даже если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять "чужакам"».
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать, что я о нём думаю.
47. Я делаю много такого, о чём впоследствии жалею.
48. Если я разозлюсь, я могу ударить кого-нибудь.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня бы считали человеком, с которым нелегко работать.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал её.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.

62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю её.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые бы хотели мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Я стараюсь обычно скрывать своё плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

Ключ к тесту

Ответы оцениваются по восьми шкалам следующим образом:

1. Физическая агрессия:

- «да» = 1, «нет» = 0: 1, 25, 33, 48, 55, 62, 68;
- «нет» = 1, «да» = 0: 9, 17, 41.

2. Косвенная агрессия:

- «да» = 1, «нет» = 0: 2, 18, 34, 42, 56, 63;
- «нет» = 1, «да» = 0: 10, 26, 49.

3. Раздражение:

- «да» = 1, «нет» = 0: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72;
- «нет» = 1, «да» = 0: 11, 35, 69.

4. Негативизм:

- «да» = 1, «нет» = 0: 4, 12, 20, 23, 36;

5. Обида:

- «да» = 1, «нет» = 0: 5, 13, 21, 29, 37, 51, 58.
- «нет» = 1, «да» = 0: 44.

6. Подозрительность:

- «да» = 1, «нет» = 0: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59;
- «нет» = 1, «да» = 0: 65, 70.

7. Вербальная агрессия:

- «да» = 1, «нет» = 0: 7, 15, 28, 31, 46, 53, 60, 71, 73;
- «нет» = 1, «да» = 0: 39, 66, 74, 75.

8. Чувство вины:

- «да» = 1, «нет» = 0: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67

Индекс враждебности включает в себя 5 и 6 шкалу, а *индекс агрессивности* (как прямой, так и мотивационной) включает в себя шкалы 1, 3, 7.

Враждебность = Обида + Подозрительность;

Агрессивность = Физическая агрессия + Раздражение + Вербальная агрессия.

Интерпретация результатов теста

Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 ± 4 , а враждебности – $6,5-7 \pm 3$.

1.5. Методика диагностики «помех» в установлении эмоциональных контактов В. В. Бойко

Инструкция. *Уважаемый коллега! Просим вас ответить на вопросы опросника. Читайте суждения и отвечайте «да» или «нет». Вариант ответа занесите в бланк ответов.*

1. Обычно к концу рабочего дня на моём лице заметна усталость.
2. Случается, что при первом знакомстве эмоции мешают мне произвести более благоприятное впечатление на партнеров (теряюсь, волнуюсь, замыкаюсь или, напротив, много говорю, перевозбуждаюсь, веду себя неестественно).
3. В общении мне часто недостаёт эмоциональности, выразительности.
4. Пожалуй, я кажусь окружающим слишком строгим.
5. Я в принципе против того, чтобы изображать учтивость, если не хочется.
6. Я обычно умею скрыть от партнёров вспышки эмоций.
7. Часто в общении с коллегами я продолжаю думать о чём-то своём.
8. Бывает, я хочу выразить партнёру эмоциональную поддержку (внимание, сочувствие, сопереживание), но он этого не чувствует, не воспринимает.
9. Чаще всего в моих глазах или в выражении лица видна озабоченность.
10. В деловом общении я стараюсь скрывать свои симпатии к партнёрам.
11. Все мои неприятные переживания обычно написаны на моём лице.
12. Если я увлекаюсь разговором, то мимика лица становится излишне выразительной, экспрессивной.
13. Пожалуй, я несколько эмоционально скован, зажат.
14. Я обычно нахожусь в состоянии нервного напряжения.
15. Обычно я чувствую дискомфорт, когда приходится обмениваться рукопожатиями в деловой обстановке.
16. Иногда близкие люди одёргивают меня: расслабь мышцы лица, не криви губы, не морщи лицо и т. п.
17. Разговаривая, излишне жестикулирую.
18. Обычно в новой ситуации мне трудно быть раскованным, естественным.
19. Пожалуй, моё лицо часто выражает печаль или озабоченность, хотя на душе спокойно.
20. Мне затруднительно смотреть в глаза при общении с малознакомым человеком.
21. Если я хочу, то мне всегда удастся скрыть свою неприязнь к плохому человеку.

22. Мне часто бывает почему-то весело без всякой причины.
23. Мне очень просто сделать по собственному желанию или по заказу разные выражения лица: изобразить печаль, радость, испуг, отчаяние и т. д.
24. Мне говорили, что мой взгляд трудно выдержать.
25. Мне что-то мешает выражать теплоту, симпатию человеку, даже если я испытываю эти чувства к нему.

Обработка и интерпретация результатов

Для подсчета полученных респондентами результатов необходимо сравнить бланк ответа с ключом (расположенным ниже). За каждое совпадение с ключом по шкале опросника респондент получает один балл. Полученную сумму необходимо занести в таблицу результатов в графу «Сумма».

Ключ

«Помехи» в установлении эмоциональных контактов	Номера вопросов и ответы по «ключу»	Сумма
1. Неумение управлять эмоциями, дозировать их	+ 1, -6, +11, +16, -21	
2. Неадекватное проявление эмоций	-2, +7, +12, +17, +22	
3. Негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций	+3, +8, +13, +18, -23	
4. Доминирование негативных эмоций	+4, +10, + 15, +20, + 24	
5. Нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе	+5, + 9, +14, + 19, + 25	

1.6. Анкета «Изучение затруднений педагогов на начальном этапе профессиональной карьеры» (С. В. Данилов, Л. П. Шустова, Т. В. Володина)

Инструкция. *Уважаемый коллега! Центр сопровождения молодых педагогов факультета дополнительного образования ФГБОУ ВПО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова» проводит исследование с целью организации информационного, научного, методического и психологического сопровождения учителя и воспитателя на начальном этапе профессиональной карьеры, содействия его профессиональному росту и развитию.*

Просим вас принять участие в исследовании, ответив на вопросы нашей анкеты. Анкетирование проводится анонимно, полученные результаты используются только в обобщённом виде.

1.	Каждый педагог, начинающий профессиональную деятельность, сталкивается с различными затруднениями. Из приведённых ниже вариантов отметьте три, которые могут вызывать у вас наибольшие сложности:
А)	подготовка урока
Б)	проведение урока
В)	подготовка внеурочного мероприятия
Г)	проведение внеурочного мероприятия
Д)	отношения и общение с учащимися
Е)	отношения и общение с коллегами
Ж)	отношения и общение с администрацией
З)	отношения и общение с родителями
И)	собственные состояния, самочувствие, переживания
К)	другое (напишите, что)

2.	При подготовке урока или внеурочного мероприятия значительными трудностями для вас являются (отметьте не более трёх вариантов ответа):
А)	недостаток теоретических знаний
Б)	дефицит предметной и методической литературы, готовых разработок уроков и внеурочных мероприятий
В)	сложности в поиске и подготовке презентационных материалов
Г)	распределение времени на различные виды работы
Д)	ограниченный репертуар методических приёмов, техник, способов работы
Е)	нехватка времени на подготовку
Ж)	опасение допустить теоретическую или методическую ошибку
З)	отсутствие возможности обратиться за советом и помощью к коллегам
И)	другое (напишите, что)

3.	При проведении урока или внеурочного мероприятия вы часто сталкиваетесь (отметьте не более трёх вариантов ответа):
А)	с отсутствием у детей желания учиться
Б)	с нарушениями школьниками дисциплины
В)	с конфликтными взаимоотношениями школьников между собой
Г)	с отсутствием контакта с ребёнком
Д)	со сложностью выстраивания оптимальной дистанции в общении с учащимися
Е)	с провокациями и агрессией школьников в адрес педагога
Ж)	с собственным волнением, тревожностью, растерянностью, злостью и т.д.
З)	с трудностями проведения самоанализа занятия
И)	с оцениванием результатов учебной и внеурочной деятельности учащихся
К)	с организационными затруднениями: началом и завершением занятия, переходом от одного этапа к другому, «лишним» временем

Л)	с несоответствием запланированных видов работы и полученных результатов
М)	с трудностями работы с детьми разного уровня развития и подготовки (с ОВЗ, одарёнными, леворукими и т.д.)
Н)	другое (напишите, что)

4.	В организационной работе больше всего сил и времени у вас требуют (отметьте не более трёх вариантов ответа):
А)	подготовка и проведение родительских собраний
Б)	подготовка и проведение мероприятий (семинаров, методических объединений, конференций, выставок, смотров и конкурсов)
В)	планирование работы (составление поурочных, тематических, календарных и иных планов), подготовка отчётов
Г)	классное руководство
Д)	ведение журнала и электронного дневника
Е)	выполнение поручений администрации
Ж)	другое (напишите, что)

5.	Во взаимоотношениях с коллегами вам больше всего не хватает (отметьте не более трёх вариантов ответа):
А)	доступности коллег для общения
Б)	компетентных профессиональных рекомендаций
В)	принятия, эмоциональной поддержки и дружелюбия
Г)	оптимальной дистанции в общении с коллегами
Д)	уважительного отношения к себе
Е)	ощущения себя частью педагогического коллектива, своей включённости в него
Ж)	другое (напишите, что)

6.	Со стороны администрации наибольшие сложности возникают в связи (отметьте не более трёх вариантов ответа):
А)	со стилем руководства
Б)	с отсутствием возможности поделиться своими проблемами и быть выслушанным
В)	с недостаточным содействием в решении профессиональных трудностей
Г)	с ограничением ваших инициатив
Д)	с излишней бюрократизацией деятельности образовательной организации
Е)	с нагрузкой, вызванной большим количеством заданий и поручений
Ж)	с составлением графика работы: расписания, дежурств, отпусков и т.д.
З)	с распределением материальных ресурсов, обеспечивающих образовательный процесс: мебели, наглядностей, лабораторного оборудования
И)	с распределением стимулирующей части заработной платы
К)	другое (напишите, что)

7.	Во взаимоотношениях с родителями вас больше всего озадачивает (отметьте не более трёх вариантов ответа):
А)	убеждённость родителей, что их ребёнок самый лучший
Б)	непонимание и непринятие родителями существования проблем ребёнка в учёбе и поведении
В)	отношение к учителю как к специалисту, оказывающему услугу
Г)	обвинение педагога в предвзятости по отношению к ребёнку
Д)	обвинение педагога в профессиональной некомпетентности
Е)	невосприимчивость к советам и рекомендациям педагога
Ж)	«выпрашивание» у педагога отметок своему ребёнку
З)	враждебность по отношению к педагогу
И)	отстранённость родителей от школьной жизни ребёнка
К)	другое (напишите, что)

8.	Отметьте три варианта форм работы Центра сопровождения молодых педагогов, которые лично для вас будут наиболее предпочтительны:
А)	лекционные и практические занятия
Б)	специализированная профессиональная образовательная программа
В)	тренинги профессиональных умений, личностного роста
Г)	консультации (в т.ч. психологические)
Д)	супервизия профессиональной деятельности
Е)	встречи с коллегами в неформальной обстановке
Ж)	выпуск специализированной методической литературы
З)	сообщества молодых педагогов
И)	организация общения педагогов через социальные сети (ВКонтакте, Facebook, Twitter, Одноклассники и т.д.).
К)	виртуальная методическая копилка
Л)	другое (напишите, что)

9.	Укажите наиболее значимые для вас составляющие профессиональной деятельности, в которых вы хотели бы повысить свою компетентность:
А)	нормативно-правовая база образовательного процесса
Б)	организация образовательной деятельности в соответствии со ФГОС и Профессиональным стандартом педагога
В)	применение информационных технологий в образовании
Г)	культура речи педагога
Д)	психология субъектов образовательных отношений
Е)	современные педагогические технологии
Ж)	вопросы воспитания в современной школе
З)	реализация инклюзивного и специального образования
И)	современные методики преподавания учебного предмета
К)	другое (напишите, что)

Обработка результатов

По каждому варианту ответов подсчитывается доля (в %) выбравших его педагогов. После этого осуществляется ранжирование затруднений по степени актуальности (значимости) в соответствии со следующей шкалой (см. Таблица):

- нулевой ранг присваивается затруднениям, набравшим до 10% выборов. Такие затруднения определяются как незначимые либо как неидентифицированные педагогами;
- первый ранг (от 11 до 30% выборов) – затруднения являются вполне определёнными педагогами, но недостаточно актуальными для них;
- второй ранг (от 31 до 50% выборов) – затруднения оцениваются как вполне определённые и достаточно актуальные для педагогов;
- третий ранг (более 50% выборов) – затруднения являются высоко актуальными для педагогов.

Определение степени актуальности затруднений молодых педагогов

Ранг	% выборов	Степень актуальности затруднения
0	До 10%	затруднение либо не значимо, либо не идентифицировано, либо непонятна формулировка
1	11 – 30 %	затруднение определено, но недостаточно актуально
2	31 – 50 %	затруднение определено и актуально
3	Более 50 %	высокая степень актуальности затруднения

1.7. Анкета для экспресс-диагностики профессиональных затруднений молодых педагогов (С. В. Данилов, Л. П. Шустова, Н. И. Кузнецова)

Данная анкета предназначена для экспресс-диагностики профессиональных затруднений молодых педагогов 1-го года работы. Анкета рассчитана на получение информации по трём основным блокам профессиональных затруднений:

1. Затруднения, вызванные взаимоотношениями с коллегами, учениками и родителями обучающихся (вопросы 1 – 5).
2. Затруднения, связанные с условиями осуществления профессиональной деятельности (вопросы 6 – 10).
3. Затруднения, касающиеся внутреннего состояния и самооценки молодого педагога (вопросы 11 – 15).

Вопрос 16 является открытым и служит для уточнения характера затруднений, приоритетных для педагога.

Инструкция. Уважаемый коллега! Данный опрос проводится с целью изучения условий вашей профессиональной деятельности. Убедительно просим вас ответить на вопросы анкеты, используя 4-балльную шкалу:

4 – определённо «да»

3 – скорее «да», чем «нет»

2 – скорее «нет», чем «да»

1 – определённо «нет»

Год окончания вуза (колледжа): _____

Стаж педагогической деятельности: _____

Пол: М / Ж (подчеркнуть)

№	Утверждение	Балл
1.	Доброжелательно ли вас приняли в педагогическом коллективе?	
2.	Получаете ли вы необходимую поддержку от коллег и администрации образовательного учреждения, когда вы в ней нуждаетесь?	
3.	Можете ли вы открыто высказывать руководству и коллегам свои идеи, предложения, просьбы?	
4.	Легко ли вам находить «общий язык» с детьми на уроке и за его пределами?	
5.	Возникают ли у вас сложности в общении с родителями учеников?	
6.	Достаточна ли информационная и методическая обеспеченность вашей деятельности?	
7.	Ощущаете ли вы необходимость в поддержке в оформлении документации (подготовке рабочей программы, конспекта занятия, учебно-тематического плана, заполнении журнала и т.д.)?	
8.	Обеспечены ли вы собственным рабочим местом?	
9.	Устраивают ли вас условия труда (оснащённость рабочего места, режим работы, шум, освещённость, температурный режим, комфортность и т.д.)?	
10.	Устраивает ли вас размер заработной платы?	
11.	Часто ли вы чувствуете свою профессиональную компетентность?	
12.	Ощущаете ли вы свою значимость, востребованность как педагога?	
13.	Часто ли у вас возникает чувство успешности на работе?	
14.	Определены ли вами основные перспективы в профессиональной деятельности и карьере?	
15.	Сможете ли вы осуществить свои жизненные планы в данном образовательном учреждении?	
16.	Назовите три основные трудности, препятствующие успешности вашей педагогической деятельности:	
	А)	
	Б)	
	В)	

После анкетирования выявляются наиболее высокие и низкие показатели по каждому пункту – это позволяет определить наиболее и наименее значимые затруднения педагога (в случае группового анкетирования данные предварительно усредняются).

Затем данные суммируются по каждому блоку затруднений. Это позволяет охарактеризовать содержание и оценить выраженность затруднений. На этом основании можно предложить молодому педагогу релевантные меры поддержки и сопровождения.

2. ДИАГНОСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ МОЛОДОГО ПЕДАГОГА

2.1. Исследование особенностей темперамента (Опросник ЕРІ – методика Г. Айзенка, адаптированная А. Г. Шмелёвым)

Опросник предназначен для диагностики экстраверсии-интроверсии и нейротизма у испытуемых старше 14 лет. Включает 57 вопросов, на которые испытуемый должен ответить «да» (+) либо «нет» (-). Время ответа не ограничивается, хотя затягивать процедуру обследования не рекомендуется.

Г. Айзенк разработал два варианта данного опросника (А и Б), что позволяет, например, проводить повторное исследование после тех или иных экспериментальных процедур, исключив возможность запоминания ранее данных ответов.

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

Текст опросника

Вариант А

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Вам очень трудно отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша, и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъёмы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, тратите ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьёзной причины для этого не было?
10. Верно ли, что «на спор» вы способны решиться на всё?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?

12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли иногда у вас такие мысли, которыми вам не хотелось бы делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что всё «горит в руках», а иногда чувствуете сильную вялость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли тем же?
23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чём-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с весёлой компанией?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Слывете ли вы человеком живым и весёлым?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Что вы предпочитаете, если хотите узнать что-либо: найти в книге (ответ «да»), или спросить у друзей (ответ «нет»)?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточенности?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и «ужасах», которые могли бы произойти, хотя всё кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видаться со своими друзьями?

47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые Вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народа?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своём здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

Вариант Б

1. Нравится ли вам оживление и суэта вокруг вас?
2. Часто ли у вас бывает беспокойное чувство, что вам чего-нибудь хочется, а вы не знаете чего?
3. Вы из тех людей, которые не лезут за словом в карман?
4. Чувствуете ли вы себя иногда счастливым, а иногда печальным без какой-либо причины?
5. Держитесь ли вы обычно в тени на вечеринках или в компании?
6. Всегда ли в детстве вы делали немедленно и безропотно то, что вам приказывали?
7. Бывает ли у вас иногда дурное настроение?
8. Когда вас втягивают в ссору, предпочитаете ли вы отмолчаться, надеясь, что всё обойдётся?
9. Легко ли вы поддаётесь переменам настроения?
10. Нравится ли вам находиться среди людей?
11. Часто ли вы теряли сон из-за своих тревог?
12. Упрямитесь ли вы иногда?
13. Могли бы вы назвать себя бесчестным?
14. Часто ли вам приходят хорошие мысли слишком поздно?
15. Предпочитаете ли вы работать в одиночестве?
16. Часто ли вы чувствуете себя апатичным и усталым без серьёзной причины?
17. Вы по натуре активный человек?
18. Смеётесь ли вы иногда над неприличными шутками?
19. Часто ли вам что-то так надоедает, что вы чувствуете себя «сытым по горло»?
20. Чувствуете ли вы себя неловко в какой-либо одежде, кроме повседневной?
21. Часто ли вы отвлекаетесь, когда пытаетесь сосредоточиться на чём-то?
22. Можете ли вы быстро выразить свои мысли словами?
23. Часто ли вы бываете погружены в свои мысли?
24. Полностью ли вы свободны от всяких предрассудков?
25. Нравятся ли вам первоапрельские шутки?
26. Часто ли вы думаете о своей работе?

27. Вы очень любите вкусно поесть?
28. Нуждаетесь ли вы в дружески расположенном человеке, чтобы выговориться, когда вы раздражены?
29. Вам очень неприятно брать займы или продавать что-нибудь, когда вы нуждаетесь в деньгах?
30. Хвастаетесь ли вы иногда?
31. Вы очень чувствительны к некоторым вещам?
32. Предпочли бы вы остаться в одиночестве дома, чем пойти на скучную вечеринку?
33. Бываете ли вы иногда беспокойными настолько, что не можете долго усидеть на месте?
34. Склонны ли вы планировать свои дела тщательно и раньше, чем следовало бы?
35. Бывают ли у вас головокружения?
36. Всегда ли вы отвечаете на письма сразу после чтения?
37. Справляетесь ли вы с делом лучше, обдумав самостоятельно, а не обсуждая с другими?
38. Бывает ли у вас когда-либо одышка, даже если не делали никакой тяжёлой работы?
39. Можно ли сказать, что вы человек, которого волнует, чтобы всё было именно так, как нужно?
40. Беспокоят ли вас ваши нервы?
41. Предпочитаете ли вы больше строить планы, чем действовать?
42. Откладываете ли вы иногда на завтра то, должны сделать сегодня?
43. Нервничаете ли вы в местах, подобных лифту, метро, туннелю?
44. При знакомстве вы обычно первыми проявляете инициативу?
45. Бывают ли у вас сильные головные боли?
46. Считаете ли вы обычно, что всё само собой уладится и придёт в норму?
47. Трудно ли вам заснуть ночью?
48. Лгали ли вы когда-нибудь в своей жизни?
49. Говорите ли вы иногда первое, что придёт в голову?
50. Долго ли вы переживаете после случившегося конфуза?
51. Замкнуты ли вы обычно со всеми, кроме близких друзей?
52. Часто ли с вами случаются неприятности?
53. Любите ли вы рассказывать истории друзьям?
54. Предпочитаете ли вы больше выигрывать, чем проигрывать?
55. Часто ли вы чувствуете себя неловко в обществе людей выше вас по положению?
56. Когда обстоятельства против вас, обычно вы думаете, что стоит ещё что-либо предпринять?
57. Часто ли у вас сосёт «под ложечкой» перед важным делом?

Обработка данных

Полученные результаты ответов сопоставляются «ключом». За ответ, соответствующий ключу, присваивается 1 балл, за не соответствующий ключу – 0 баллов. Полученные баллы суммируются.

Ключ

Шкала «Ложь»:

- ответы «да» («+»): № 6, 24, 36.
- ответы «нет» («-»): № 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Шкала «Экстраверсия – интроверсия»:

- ответы «да» («+»): № 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56.
- ответы «нет» («-»): № 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Шкала «Нейротизм»:

- ответы «да» («+»): № 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Интерпретация данных

Вначале необходимо обработать результаты по шкале «Ложь». Она диагностирует склонность испытуемого давать социально одобряемые ответы.

Интерпретация показателей по шкале «Ложь»

- 0 – 3 Искренность
- 4 – 6 Ситуативная ложь
- 7 – 9 Лживость

Если показатель превышает 5 баллов, то результаты тестирования не представляются надёжными для интерпретации по шкалам «Экстраверсия – интроверсия» и «Нейротизм». Однако следует отметить, что высокие показатели по шкале «Ложь» говорят лишь о степени искренности при ответах на вопросы теста, а не о лживости как личностной характеристике.

Интерпретация показателей по шкале «Экстраверсия – интроверсия»

- 0 – 2 Сверхинтроверт
- 3 – 6 Интроверт
- 7 – 10 Потенциальный интроверт
- 11 – 14 Амбиверт
- 15 – 18 Потенциальный экстраверт
- 19 – 22 Экстраверт
- 23 – 24 Сверхэкстраверт

Показатель «Экстраверсия-интроверсия» характеризует индивидуально-психологическую ориентацию человека либо (преимущественно) на мир внешних объектов (экстраверсия), либо на внутренний субъективный мир (интроверсия).

Принято считать, что *экстравертам* свойственны общительность, импульсивность, гибкость поведения, большая инициативность, малая настойчи-

вость и высокая социальная адаптированность. Экстраверты обычно обладают внешним обаянием, прямолинейны в суждениях, как правило, ориентируются на внешнюю оценку. Хорошо справляются с работой, требующей быстрого принятия решений.

Интровертам присущи необщительность, замкнутость, социальная пассивность при достаточно большой настойчивости, склонность к самоанализу и затруднения в социальной адаптации. Интроверты лучше справляются с монотонной работой, они более осторожны, аккуратны и педантичны.

Амбивертам присущи черты экстраверсии и интроверсии. Для уточнения этого показателя рекомендуется дополнительное обследование с использованием других тестов.

Интерпретация показателей по шкале «Нейротизм»

0-2 – Сверхконкордант

3-6 – Конкордант

7-10 – Потенциальный конкордант

11-14 – Нормостеник

15-18 – Потенциальный дискордант

19-22 – Дискордант

23-24 – Сверхдискордант

Показатель нейротизма характеризует человека со стороны его эмоциональной устойчивости (стабильности). Этот показатель также биполярен и образует шкалу, на одном полюсе которой находятся люди, характеризующиеся чрезвычайной эмоциональной устойчивостью, адаптированностью (конкорданты), а на другом – чрезвычайно нервные, неустойчивые и плохо адаптированные (дискорданты).

Эмоционально устойчивые – люди, не склонные к беспокойству, устойчивые по отношению к внешним воздействиям, склонные к лидерству, вызывают доверие.

Эмоционально неустойчивые – чувствительны, эмоциональны, тревожны, склонны болезненно переживать неудачи и расстраиваться по мелочам.

2.2. Диагностика акцентуаций характера (Тест – опросник Г. Шмишека)

Опросник предназначен для диагностики типа акцентуации личности. Теоретической основой опросника является концепция «акцентуированных личностей» К. Леонгарда, который считает, что присущие личности черты могут быть разделены на основные и дополнительные. Основные черты составляют стержень, «ядро» личности. В случае яркой выраженности основные черты становятся акцентуациями характера. Соответственно, личности, у которых основные черты ярко выражены, названы Леонгардом «акцентуированными». Термин «акцентуированные личности» занял место между психопатией и нор-

мой. Акцентуированные личности не следует рассматривать в качестве патологических, но в случае воздействия неблагоприятных факторов акцентуации могут приобретать патологический характер, разрушая структуру личности.

Тест содержит 10 шкал в соответствии с десятью выделенными Леонгардом типами акцентуированных личностей и состоит из 88 вопросов, на которые требуется ответить «да» или «нет».

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

Текст опросника (взрослый вариант)

1. Является ли ваше настроение в общем весёлым беззаботным?
2. Восприимчивы ли вы к обидам?
3. Случалось ли вам иногда быстро заплакать?
4. Всегда ли вы считаете себя правым в том деле, которое делаете, и вы не успокоитесь, пока не убедитесь в этом?
5. Считаете ли вы себя более смелым, чем в детском возрасте?
6. Может ли ваше настроение меняться от глубокой радости до глубокой печали?
7. Находитесь ли вы в компании в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без достаточных оснований находите в угрюмом и раздражительном настроении и ни с кем не хотите разговаривать?
9. Серьёзный ли вы человек?
10. Можете ли вы сильно воодушевиться?
11. Предприимчивы ли вы?
12. Быстро ли вы забываете, если вас кто-нибудь обидит?
13. Мягкосердечный ли вы человек?
14. Пытаетесь ли вы проверить, после того как опустили письмо в почтовый ящик, не осталось ли оно висеть в прорези?
15. Всегда ли вы стараетесь быть добросовестным в работе?
16. Испытывали ли вы в детстве страх перед грозой или собаками?
17. Считаете ли вы других людей недостаточно требовательными друг к другу?
18. Сильно ли зависит ваше настроение от жизненных событий и переживаний?
19. Всегда ли вы прямодушны со своими знакомыми?
20. Часто ли ваше настроение бывает подавленным?
21. Был ли у вас раньше истерический припадок или истощение нервной системы?
22. Склонны ли вы к состояниям сильного внутреннего беспокойства или страстного стремления?
23. Трудно ли вам длительное время просидеть на стуле?
24. Боретесь ли вы за свои интересы, если кто-то поступает с вами несправедливо?

25. Смогли бы вы убить человека?
26. Сильно ли вам мешает косо висящая гардина или неровно настланная скатерть, настолько, что вам хочется немедленно устранить эти недостатки?
27. Испытывали ли вы в детстве страх, когда оставались одни в квартире?
28. Часто ли у вас без причины меняется настроение?
29. Всегда ли вы старательно относитесь к своей деятельности?
30. Быстро ли вы можете разгневаться?
31. Можете ли вы быть бесшабашно весёлым?
32. Можете ли вы иногда целиком проникнуться чувством радости?
33. Подходите ли вы для проведения увеселительных мероприятий?
34. Высказываете ли вы обычно людям своё откровенное мнение по тому или иному вопросу?
35. Влияет ли на вас вид крови?
36. Охотно ли вы занимаетесь деятельностью, связанной с большой ответственностью?
37. Склонны ли вы вступить за человека, с которым обошлись несправедливо?
38. Трудно ли вам входить в тёмный подвал?
39. Выполняете ли вы кропотливую чёрную работу так же медленно и тщательно, как и любимое вами дело?
40. Являетесь ли вы общительным человеком?
41. Охотно ли вы декламировали в школе стихи?
42. Убегали ли вы ребёнком из дома?
43. Тяжело ли вы воспринимаете жизнь?
44. Бывали ли у вас конфликты и неприятности, которые так изматывали Вам нервы, что вы не выходили на работу?
45. Можно ли сказать, что вы при неудачах не теряете чувства юмора?
46. Сделаете ли вы первым шаг к примирению, если вас кто-то оскорбит?
47. Любите ли вы животных?
48. Уйдёте ли вы с работы или из дома, если у вас там что-то не в порядке?
49. Мучают ли вас неопределённые мысли, что с вами или с вашими родственниками случится какое-нибудь несчастье?
50. Считаете ли вы, что настроение зависит от погоды?
51. Затруднит ли вас выступить на сцене перед большим количеством зрителей?
52. Можете ли вы выйти из себя и дать волю рукам, если вас кто-то умышленно грубо рассердит?
53. Много ли вы общаетесь?
54. Если вы будете чем-либо разочарованы, то придёте в отчаяние?
55. Нравится ли вам работа организаторского характера?
56. Упорно ли вы стремитесь к своей цели, даже если на пути встречается много препятствий?
57. Может ли вас так захватить кинофильм, что слёзы выступят на глазах?
58. Трудно ли вам будет заснуть, если вы целый день размышляли над своим будущим или какой-нибудь проблемой?

59. Приходилось ли вам в школьные годы пользоваться подсказками или списывать у товарищей домашнее задание?
60. Трудно ли вам пойти ночью на кладбище?
61. Следите ли вы с большим вниманием, чтобы каждая вещь в доме лежала на своём месте?
62. Приходилось ли вам лечь спать в хорошем настроении, а проснуться в удручённом и несколько часов оставаться в нём?
63. Можете ли вы с лёгкостью приспособиться к новой ситуации?
64. Есть ли у вас предрасположение к головной боли?
65. Часто ли вы смеётесь?
66. Можете ли вы быть приветливыми с людьми, не открывая своего истинного отношения к ним?
67. Можно ли вас назвать оживлённым и бойким человеком?
68. Сильно ли вы страдаете от несправедливости?
69. Можно ли вас назвать страстным любителем природы?
70. Есть ли у вас привычка проверять перед сном или перед тем, как уйти, выключен ли газ и свет, закрыта ли дверь?
71. Пугливы ли вы?
72. Бывает ли, что вы чувствуете себя на «седьмом небе», хотя объективных причин для этого нет?
73. Охотно ли вы участвовали в юности в кружках художественной самодеятельности, в театральном кружке?
74. Тянет ли вас иногда смотреть вдаль?
75. Смотрите ли вы на будущее пессимистически?
76. Может ли ваше настроение измениться от высочайшей радости до глубокой тоски за короткий период времени?
77. Легко ли поднимается ваше настроение в дружеской компании?
78. Переносите ли вы злость длительное время?
79. Сильно ли вы переживаете, если горе случилось у другого человека?
80. Была ли у вас в школе привычка переписывать лист в тетради, если вы поставили на него кляксу?
81. Можно ли сказать, что вы больше недоверчивы и осторожны, нежели доверчивы?
82. Часто ли вы видите страшные сны?
83. Возникала ли у вас мысль против воли броситься из окна, под приближающийся поезд?
84. Становитесь ли вы радостным в весёлом окружении?
85. Легко ли вы можете отвлечься от обременительных вопросов и не думать о них?
86. Трудно ли вам сдерживать себя, если вы разозлитесь?
87. Предпочитаете ли вы молчать (да), или вы словоохотливы (нет)?
88. Могли бы вы, если бы пришлось участвовать в театральном представлении, с полным проникновением и перевоплощением войти в роль и забыть о себе?

Ключ

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

1. Демонстративность/демонстративный тип:

«+»: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88.

«-»: 51.

Сумму ответов умножить на два.

2. Застревание/застревающий тип:

«+»: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81.

«-»: 12, 46, 59.

Сумму ответов умножить на два.

3. Педантичность/педантичный тип:

«+»: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83.

«-»: 36.

Сумму ответов умножить на два.

4. Возбудимость/возбудимый тип:

«+»: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.

Сумму ответов умножить на три.

5. Гипертимность/гипертимный тип:

«+»: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.

Сумму ответов умножить на три.

6. Дистимность/дистимический тип:

«+»: 9, 21, 43, 75, 87.

Сумму ответов умножить на три.

7. Тревожность/тревожно-боязливый тип:

«+»: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82.

«-»: 5.

Сумму ответов умножить на три.

8. Экзальтированность/аффективно-экзальтированный тип:

«+»: 10, 32, 54, 76.

Сумму ответов умножить на шесть.

9. Эмотивность/эмотивный тип:

«+»: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79.

«-»: 25,

Сумму ответов умножить на три.

10. Циклотимность/циклотимный тип:

«+»: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.

Сумму ответов умножить на три.

Максимальная сумма баллов после умножения – 24. По некоторым источникам, признаком акцентуации считается величина, превосходящая 12 баллов. Другие же на основании практического применения опросника считают, что сумма баллов в диапазоне от 15 до 19 говорит лишь о тенденции к тому или иному типу акцентуации. И лишь в случае превышения 19 баллов черта характера является акцентуированной.

Полученные данные могут быть представлены в виде «профиля личностной акцентуации».

Шкалы (черты характера)

Выделенные Леонгардом 10 типов акцентуированных личностей разделены на две группы: акцентуации характера (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый) и акцентуации темперамента (гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективный, эмотивный).

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

2. Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, неспособен легко «отходить» от обид. Для него характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жёсткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто

приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берётся, и проявляет большое упорство в достижении своих целей. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике.

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

4. Возбудимый тип. Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Ему характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, Угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Равнодушен к будущему, целиком живёт настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

5. Гипертимический тип. Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими. Часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Они не всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус, нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к чревоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, весёлые, легкомысленные, поверхностные и вместе с тем деловитые, изобретательные, блестящие собеседники; люди, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Им характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. Склонны к аморальным

поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству. Испытывают недостаточно серьёзное отношение к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жёсткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

6. Дистимический тип. Люди этого типа отличаются серьёзностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможенны, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни. Они добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиняться, располагают обострённым чувством справедливости, а также замедленностью мышления.

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

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

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

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

9. Эмотивный тип. Этот тип родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Для него характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженная черта – гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, сорадование чужим успехам. Они впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьёзнее, чем другие люди. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому-либо угрожает опасность, сцены насилия могут вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не «выплёскиваются» наружу. Им свойственны обострённое чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживают за животными.

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

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

2.3. Методика оценки коммуникативных и организаторских способностей личности (Методика В. Синявского и Б. А. Федоришина)

Методика КОС предназначена для изучения коммуникативных и организаторских склонностей. Основопологающим методом исследования является тестирование. Методика предназначена для подростков и юношей 14-17 лет.

Авторы-составители данного сборника выражают мнение, что с известными оговорками методика может быть полезна при использовании в работе с молодыми педагогами. Интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования.

Коммуникативные и организаторские способности являются стержневыми в профессиях, которые по своему содержанию связаны с активным взаимодействием между людьми. Они являются важными факторами для достижения успеха во многих профессиях типа «человек – человек», например: учителя, тренера, врача, работника клуба и т.д. Коммуникативные и организаторские способности являются ведущими в образовании межличностных отношений, в сплочении членов коллектива, в организации учебных, спортивных, игровых и других групп, в привлечении к себе людей, в умении организовать и направить их деятельность. В аббревиатуре методики отражено её функциональное назначение.

Учитывая, что способности тесно связаны с потребностями личности, её интересами и избирательным эмоционально-волевым отношением к деятельности, была разработана психодиагностическая методика опосредованного выявления коммуникативных и организаторских способностей – через выявление и оценку соответствующих склонностей (методика «КОС-1»). Диагностике подвергаются потенциальные возможности личности в развитии её коммуникативных и организаторских способностей.

Методика «КОС-1» базируется на принципе отражения и оценки испытуемым некоторых особенностей своего поведения в различных ситуациях. Избраны ситуации, знакомые испытуемому по его личному опыту. Поэтому оценка ситуации и поведения в её условиях основывается на воспроизведении испытуемым своего реального поведения и реального, пережитого в его опыте отношения. Данный проективный опросник позволяет выявить устойчивые показатели коммуникативных и организаторских склонностей.

При построении опросника были учтены различные формы отношения опрашиваемых к вопросам. Дело в том, что одни испытуемые могут быть более склонны к утвердительным ответам, другие – к отрицательным. Поэтому вопросы в бланке составлены так, чтобы утвердительный ответ на один вопрос имел такое же смысловое значение, что и отрицательный ответ на другой вопрос.

В программу изучения коммуникативных склонностей введены вопросы следующего содержания: а) проявляет ли личность стремление к общению, много ли у неё друзей; б) любит ли находиться в кругу друзей или предпочитает одиночество; в) быстро ли привыкает к новым людям, к новому коллективу; г) насколько быстро реагирует на просьбы друзей, знакомых; д) любит ли общественную работу, выступает ли на собраниях; е) легко ли устанавливает контакты с незнакомыми людьми; ж) легко ли даются выступления в аудитории слушателей. В соответствии с этим было разработано 20 вопросов.

Программа изучения организаторских склонностей включает вопросы иного содержания: а) быстрота ориентации в сложных ситуациях; б) находчивость, инициативность, настойчивость, требовательность; в) склонность к орга-

низаторской деятельности; г) самостоятельность, самокритичность; д) выдержка; е) отношение к общественной работе. На этой основе были разработаны 20 вопросов, каждый из которых в какой-то мере характеризует организаторские склонности учащихся.

Анкетная часть методики «КОС-І» предлагает испытуемому вопросы, ответы на которые могут быть только положительными или отрицательными, то есть «да» или «нет». Ответы испытуемого строятся на основе самоанализа опыта своего поведения в той или иной ситуации. Опросник включает 40 вопросов, 20 из которых направлены на изучение коммуникативных склонностей, а 20 характеризуют организаторские.

Инструкция. *Уважаемый коллега! Вам нужно ответить на все вопросы бланка. Свободно выражайте своё мнение по каждому вопросу и отвечайте так: если ваш ответ на вопрос положителен, то в соответствующей клетке «Листа ответов» поставьте знак «+», если же отрицательный – «-». Никаких дополнительных надписей и знаков делать не следует. Следите за тем, чтобы номер вопроса и номер клетки, куда вы запишете свой ответ, совпадали. Заполняя «Лист ответов», имейте в виду, что вопросы коротки и не могут содержать всех необходимых подробностей. Представьте себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует затрачивать много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, что на некоторые вопросы вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать тот ответ, который вы считаете предпочтительным. Когда вы отвечаете на любой из этих вопросов, обращайтесь внимание на первые его слова. ваш ответ должен быть точно согласован с этими словами. Отвечая на вопросы, не стремитесь произвести заведомо благоприятное впечатление своими ответами.*

Опросник

1. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли вам удаётся склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего мнения?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причинённое вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у вас стремление к установлению новых знакомств с различными людьми?
6. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо другими занятиями, чем с людьми?
8. Если возникли какие-то помехи в осуществлении ваших намерений, то легко ли вы отступаете от своих намерений?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать и организовывать со своими товарищами

различные игры и развлечения?

11. Трудно ли для вас включиться в новые для вас компании?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удаётся установить контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы добиваться, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли вы при удобном случае побеседовать и познакомиться с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди, и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удаётся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых людей?
28. Верно ли, что вы стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли вы, что вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую для вас компанию?
30. Принимали ли вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать своё мнение или решение, если оно было не сразу принято вашими товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринуждённо, попав в малознакомую компанию?
34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у вас много друзей?
38. Часто ли оказываетесь в центре внимания своих товарищей?

39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Бланк ответов

Фамилия, имя, отчество _____
 Школа _____ класс _____ дата _____

1.		11.		21.		31.	
2.		12.		22.		32.	
3.		13.		23.		33.	
4.		14.		24.		34.	
5.		15.		25.		35.	
6.		16.		26.		36.	
7.		17.		27.		37.	
8.		18.		28.		38.	
9.		19.		29.		39.	
10.		20.		30.		40.	

$K = 0.05m$

$K_k =$ _____

$O_k =$ _____

$K_o =$ _____

$O_o =$ _____

Ключ

Ответы на вопросы испытуемый заносит в специальный «Лист ответов», в котором фиксируются также анкетные данные испытуемого в результате его работы. Для количественной обработки данных консультант использует «Дешифраторы», в которых поставлены идеальные ответы, в максимальной степени отражающие коммуникативные и организаторские склонности.

Коммуникативные склонности

1.	+	11.	-	21.	+	31.	-
2.		12.		22.		32.	
3.	-	13.	+	23.	-	33.	-
4.		14.		24.		34.	
5.	+	15.	-	25.	+	35.	-
6.		16.		26.		36.	
7.	-	17.	+	27.	-	37.	+
8.		18.		28.		38.	
9.	+	19.	-	29.	+	39.	-
10.		20.		30.		40.	

Организаторские склонности

1.		11.		21.		31.	
2.	+	12.	-	22.	+	32.	-
3.		13.		23.		33.	
4.	-	14.	+	24.	-	34.	+
5.		15.		25.		35.	
6.	+	16.	-	26.	+	36.	-
7.		17.		27.		37.	
8.	-	18.	+	28.	-	38.	+
9.		19.		29.		39.	
10.	+	20.	-	30.	+	40.	-

С помощью дешифратора подсчитывается количество совпадающих с дешифратором ответов по каждому разделу методики. Оценочный коэффициент (К) коммуникативных или организаторских склонностей выражается отношением количества совпадающих ответов по каждому разделу к максимально возможному числу совпадений (20).

$K = m/20$ или $K = 0,05m$, где К – величина оценочного коэффициента;
 m – количество совпадающих с дешифратором ответов

Оценка результатов

Показатели, полученные по этой методике, могут варьировать от 0 до 1. Показатели, близкие к 1, свидетельствуют о высоком уровне проявления коммуникативных или организаторских склонностей, близкие же к 0 – о низком уровне. Оценочный коэффициент (К) – это первичная количественная характеристика материалов испытания. Для качественной стандартизации результатов испытания используются шкалы оценок, в которых тому или иному диапазону количественных показателей К соответствует определённая оценка Q.

Шкала оценки коммуникативных склонностей

К		Уровень проявления коммуникативных склонностей
0,10 – 0,45	1	низкий
0,45 – 0,55	2	ниже среднего
0,56 – 0,65	3	средний
0,66 – 0,75	4	высокий
0,75 – 1,0	5	очень высокий

Шкала оценки организаторских склонностей

К		Уровень проявления организаторских склонностей
0,20 – 0,55	1	низкий
0,56 – 0,65	2	ниже среднего
0,66 – 0,70	3	средний
0,71 – 0,80	4	высокий
0,81 – 1,0	5	очень высокий

Интерпретация

Полученные результаты коротко можно охарактеризовать следующим образом. Испытуемые, получившие оценку «1» ($Q = 1$), характеризуются крайне низким уровнем проявления склонностей к коммуникативной и организаторской деятельности.

У испытуемых, получивших оценку «2» ($Q = 2$), развитие коммуникативных и организаторских склонностей находится на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают своё мнение, тяжело переживают обиды. Проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, получивших оценку «3» ($Q = 3$), характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Обладая в целом средними показателями, они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают своё мнение, планируют свою работу. Однако «потенциал» этих склонностей не отличается высокой устойчивостью. Эта группа испытуемых нуждается в дальнейшей серьёзной и планомерной воспитательной работе с ними по формированию и развитию коммуникативных и организаторских способностей.

Испытуемые, получившие оценку «4» ($Q = 4$), отнесены к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Всё это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

И, наконец, та группа испытуемых, которая получила оценку «5» ($Q = 5$), обладает очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней. Для них характерны быстрая ориентация в трудных ситуациях, непринуждённость поведения в новом коллективе. Испытуемые этой группы инициативны, предпочитают в важном

деле или создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают своё мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами. Они могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать различные игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникативной и организаторской деятельности.

При интерпретации полученных данных следует помнить, что методика констатирует лишь наличный уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей в данный период развития личности. Если при обследовании учащегося обнаруживается не очень высокий или низкий уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей, то это вовсе не означает, что они останутся неизменными в процессе дальнейшего развития личности. При наличии положительной мотивации, целеустремленности и надлежащих условий деятельности данные склонности могут развиваться.

2.4. Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича

Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу её отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

Наиболее распространённой в настоящее время является методика изучения ценностных ориентаций М. Рокича, основанная на прямом ранжировании списка ценностей.

М. Рокич различает два класса ценностей:

- *терминальные* – убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться;
- *инструментальные* – убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации.

Это деление соответствует традиционному делению на ценности-цели и ценности-средства.

Респонденту предъявлены два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости. Последняя форма подачи материала даёт более надёжные результаты. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей.

Инструкция. *«Сейчас вам будет предъявлен набор из 18 карточек с обозначением ценностей. ваша задача – разложить их по порядку значимости для вас как принципов, которыми вы руководствуетесь в вашей жизни. Внимательно изучите таблицу и, выбрав ту ценность, которая для вас наиболее значима, поместите её на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите её вслед за первой. Затем сделайте то же со всеми оставшимися ценностями. Наименее важная останется последней и займёт 18 место. Работайте не спеша, вдумчиво. Конечный результат должен отражать вашу истинную позицию».*

Бланк тестируемого _____

Список А (терминальные ценности)

– активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни)	
–жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом)	
– здоровье (физическое и психическое)	
– интересная работа	
– красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве)	
– любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком)	
– материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений)	
– наличие хороших и верных друзей	
– общественное призвание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе)	
– познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие)	
– продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей)	
– развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование)	
– развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей)	
– свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках)	
– счастливая семейная жизнь	
– счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом)	
– творчество (возможность творческой деятельности)	
– уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений)	

Список Б (инструментальные ценности)

– аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах	
– воспитанность (хорошие манеры)	
– высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания)	
– жизнерадостность (чувство юмора)	
– исполнительность (дисциплинированность)	
– независимость (способность действовать самостоятельно, решительно)	
– непримиримость к недостаткам в себе и других	

– образованность (широта знаний, высокая общая культура)	
– ответственность (чувство долга, умение держать своё слово)	
– рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения)	
– самоконтроль (сдержанность, самодисциплина)	
– смелость в отстаиваниях своего мнения, взглядов	
– твёрдая воля (умение настоять на своём, не отступить перед трудностями)	
– терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения)	
– широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки)	
– честность (правдивость, искренность)	
– эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе)	
– чуткость (заботливость)	

Интерпретация

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку испытуемым в содержательные блоки по разным основаниям. Так, например, выделяются «конкретные» и «абстрактные» ценности, ценности профессиональной самореализации и личной жизни и т.д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела; индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности; ценности самоутверждения и ценности принятия других и т.д. Это далеко не все возможности субъективного структурирования системы ценностных ориентаций. Психолог должен попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удаётся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у респондента системы ценностей или даже неискренность ответов.

2.5. Опросник С. Бем

Опросник направлен на выявление степени выраженности маскулинных и фемининных характеристик, определение типа личности: маскулинного, фемининного, андрогинного. Участникам раздаются бланки и предлагается заполнить их в соответствии с инструкцией.

Обработка и обсуждение результатов.

Обсуждение результатов проводится в контексте информации о концепции андрогинии С. Бем.

Согласно этой концепции под **маскулинностью** понимается нормативное представление о соматических, психических и поведенческих свойствах, характерных для мужчин. Ей традиционно приписываются «активно-творческие» ха-

рактические – активность, доминантность, уверенность в себе, агрессивность, логическое мышление, способность к лидерству.

Фемининность рассматривается как нормативное представление о соматических, психических и поведенческих свойствах, характерных для женщин. Ей традиционно вменяется «пассивно-репродуктивное» начало, проявляющееся в зависимости, заботливости, тревожности, эмоциональности, низкой самооценке.

Андрогиния – сочетание традиционно женских и мужских черт – значимая психологическая характеристика человека, определяющая его способность изменять поведение в зависимости от ситуации. Андрогинный тип вбирает в себя лучшее от обеих половых ролей, обладает ситуативной гибкостью, высоким самоуважением, мотивацией к достижениям, хорошим исполнением родительской роли. Важность концепции андрогинии заключается в том, что она даёт возможность осознания одинаковой привлекательности качеств, традиционно считающихся женскими и мужскими, делает возможным принятие в себе и в других индивидуальной гендерной идентичности.

Текст опросника

Инструкция. *Уважаемый коллега! Оцените наличие или отсутствие у себя названных ниже качеств. Можно отвечать только «да» или «нет».*

- | | |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| 1. Вера в себя | 15. Удачливость |
| 2. Умение уступать | 16. Сильная личность |
| 3. Способность помочь | 17. Преданность |
| 4. Склонность защищать свои взгляды | 18. Непредсказуемость |
| 5. Жизнерадостность | 19. Сила |
| 6. Угрюмость | 20. Женственность |
| 7. Независимость | 21. Надёжность |
| 8. Застенчивость | 22. Аналитичность |
| 9. Совестливость | 23. Умение сочувствовать |
| 10. Атлетичность | 24. Ревнивость |
| 11. Нежность | 25. Способность к лидерству |
| 12. Театральность | 26. Забота о людях |
| 13. Напористость | 27. Прямота, правдивость |
| 14. Падкость на лесть | 28. Склонность к риску |
| 29. Понимание других | 45. Умение дружить |
| 30. Скрытность | 46. Агрессивность |
| 31. Быстрота в принятии решений | 47. Доверчивость |
| 32. Сострадание | 48. Малорезультативность |
| 33. Искренность | 49. Склонность вести за собой |
| 34. Самодостаточность | 50. Инфантильность |
| 35. Способность утешить | 51. Адаптивность |
| 36. Тщеславие | 52. Индивидуализм |
| 37. Властность | 53. Нетерпимость к ругательствам |
| 38. Тихий голос | 54. Несистематичность |

39.Привлекательность
40.Мужественность
41.Теплота, сердечность
42.Торжественность, важность
43.Собственная позиция
44.Мягкость

55.Дух соревнования
56.Любовь к детям
57.Тактичность
58.Амбициозность, честолюбие
59.Спокойствие
60.Традиционность, условность

Маскулинность (ответ «да»): 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37, 40, 43, 46, 49, 52, 55, 58.

Фемининность (ответ «да»): 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50, 53, 56, 59.

За каждое совпадение с ключом начисляется 1балл. Затем определяется показатель фемининности (F) и маскулинности (M) в соответствии с формулой:

$F = (\text{сумма баллов по фемининности}) : 20$; $M = (\text{сумма баллов по маскулинности}) : 20$

Основной индекс IS определяется как $IS = (F - M) * 2, 322$.

Если величина индекса заключается в пределах от -1 до $+1$, то делается заключение об андрогинности. Если индекс меньше -1 , то делается заключение о маскулинности; если индекс больше $+1$, – о фемининности; в случае, когда индекс больше $+2,025$, говорят о ярко выраженной фемининности, а если индекс меньше $-2,025$, – о ярко выраженной маскулинности.

2.6. Шкала «маскулинность - фемининность» Фрайбургского личностного опросника (FPI)

Инструкция. *Уважаемый коллега! Вам предлагается ряд утверждений, каждое из которых соответствует или не соответствует каким-то особенностям вашего поведения. Если вы считаете, что такое соответствие имеет место, то дайте ответ «да», в противном случае – ответ «нет». Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у вас листе ответов, поставив крестик в клеточку, соответствующую номеру утверждения в вопроснике и виду вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.*

Текст опросника

- 1.Я почти ежедневно думаю о том, насколько лучше была бы жизнь, если бы меня не преследовали неудачи.
2. Могу прибегнуть к физической силе, если требуется отстаивать свои интересы.
3. Я легко смущаюсь.
4. Люблю такие задания, когда можно действовать без долгих размышлений.
- 5.Часто у меня нет аппетита.

6. Обычно я решителен и действую быстро.
7. Когда я чего-то боюсь, у меня пересыхает во рту, дрожат руки и ноги.
8. Мне доставляет удовольствие, как говорится, ткнуть носом других в их ошибки.
9. Активно участвую в организации общественных мероприятий.
10. Если сильно разозлюсь на кого-то, то могу его и ударить.
11. Меня мало волнует, что ко мне кто-то плохо относится.
12. Я предпочитаю заставить любого человека сделать то, что мне нужно, чем просить его об этом.
13. У меня довольно часто меняется настроение.
14. Я уверен в своём будущем.

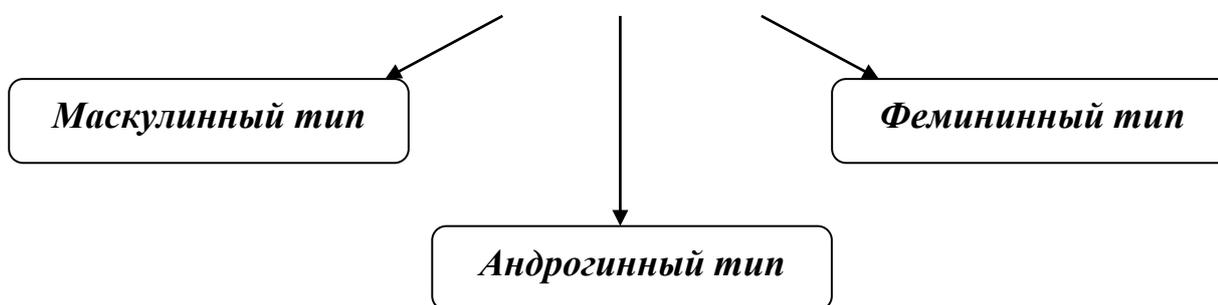
Ключ

По 1 баллу начисляется за ответы «да» по пунктам 2, 4, 6, 8-12, 14 и за ответы «нет» по пунктам 1, 3, 5, 7, 13.

Подсчитывается общая сумма баллов. Чем она больше, тем больше выражена маскулинность и меньше – фемининность.

Что касается характеристики педагога с позиции сформированности того или иного типа гендерной идентичности, то Т.А. Фугуеловой была предложена модель психологической андрогинии педагога.

Модель психологической андрогинии педагога



Маскулинный тип. Характеризуется признанием и оценкой в себе специфически мужских качеств. Деятельность мотивируется внутренними личностными ценностями, ценностями профессионального долга. Учитель активно и целенаправленно ориентирован на возможности собственного развития, проявляет потребность в самореализации через удовлетворение познавательной сферы, которая не оторвана от приобретаемого социального опыта.

Данный тип характеризуется аналитическим умом, огромной работоспособностью, мощным самообладанием. Учитель данного типа стремится доминировать во всех организуемых им сферах, в том числе и в воспитании и обучении. Для такого учителя характерен богатый репертуар социальных ролей (организатор, завуч, директор и т.д.). Проявляет повышенное чувство ответственности за порученное ему дело; смело берётся за новое, стремится проявить большую долю независимости и самостоятельности.

Он самостоятельно осуществляет выбор и несёт ответственность за него. Но увлечённость идеями может привести к тому, что учитель начинает рассмат-

ривать окружающих его людей (учеников, коллег) как фон, на котором он творит.

Педагоги этого типа не терпят ограничений свободы действий, а отсюда возможны конфликты с окружающими, в частности с коллегами, администрацией, подавление активности, самостоятельности учащихся.

При этом следует отметить затруднения в эмпатийных, коммуникативных проявлениях педагогов маскулинного типа. Цель педагогической деятельности они видят в том, чтобы дать знания детям в условиях беспрекословного подчинения учителю; учителю отводят роль лидера, эксперта.

Фемининный тип. Характеризуется признанием и оценкой в себе специфически женских качеств. Деятельность мотивируется ценностями нравственно-духовного содержания, взаимодействия. При этом следует отметить, что этот тип присущ не только женщинам-педагогам, но и до 15% мужчинам-педагогам.

Для учителей данного типа характерны открытость общения, высокий уровень эмпатии, сочувствия, сострадания; внимание к чувствам партнёров по общению. Учителя обладают ярко выраженной экспрессией; у них развитая речь, умеют красиво говорить, эмоциональны, артистичны, художественны, имеют хорошие манеры.

Склонность к сотрудничеству, взаимодействию сочетается с «боязнью» взять на себя функции организатора, руководителя какого-либо дела. Для педагогов данного типа характерна небольшая доля самостоятельности, они ориентированы на мнение людей более авторитетных, а отсюда и их небольшой набор общественных ролей (преподаватель, классный руководитель).

Поскольку учителя имеют небольшой коэффициент субъектности, то не склонны к коренным преобразованиям педагогической реальности. Функцию педагога они видят в стремлении выступать в роли советчика, в готовности прийти на помощь.

Андрогинный тип. Характеризуется признанием и оценкой в себе положительных специфически женских и мужских качеств. Деятельность мотивируется ценностями нравственно-духовного содержания, не исключая ценностей профессионального долга. Такой учитель стремится быть организатором процесса воспитания и обучения, но при этом не подавляет инициативы других субъектов учебно-воспитательного процесса.

Учителя андрогинного типа проявляют поведенческую гибкость, что свидетельствует об их пластичности, тонкости натуры; владеют разнообразным репертуаром социальных ролей: могут быть умелыми руководителями, организаторами творческих дел, преподавателями, воспитателями. Педагоги данного типа содержат в себе возможности творческого преобразования педагогической реальности. Высокий коэффициент субъектности сочетается с большой долей рефлексии собственной деятельности. Учителю отводят роль «духовного наставника», обладающего эмпатичностью, готового оказать реальную помощь.

3. ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МОЛОДОГО ПЕДАГОГА

3.1. Диагностика самоактуализации личности А. В. Лазукина (в адаптации Н. Ф. Калина)

Инструкция. Уважаемый коллега! Просим вас ответить на вопросы опросника. Из двух вариантов утверждений выберите тот, который вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает Ваши мнения. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который даётся по первому побуждению. Выбранный вариант (а или б) укажите в бланке ответов.

Тест

1. а) Придёт время, когда я заживу по-настоящему, не так, как сейчас.
б) Я уверен, что живу по-настоящему уже сейчас.
2. а) Я очень увлечён своим профессиональным делом.
б) Не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь.
3. а) Если незнакомый человек окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным.
б) Принимая услугу незнакомого человека, я не чувствую себя обязанным ему.
4. а) Мне бывает трудно разобраться в своих чувствах.
б) Я всегда могу разобраться в собственных чувствах.
5. а) Я часто задумываюсь над тем, правильно ли я вёл себя в той или иной ситуации.
б) Я редко задумываюсь над тем, насколько правильно моё поведение.
6. а) Я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
б) Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
7. а) Способность к творчеству – природное свойство человека,
б) Далеко не все люди одарены способностью к творчеству.
8. а) У меня не всегда хватает времени на то, чтобы следить за новостями литературы и искусства.
б) Я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства.
9. а) Я часто принимаю рискованные решения.
б) Мне трудно принимать рискованные решения.
10. а) Иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным.
б) Я считаю недопустимым дать понять человеку, что он мне кажется глупым и неинтересным.
11. а) Я люблю оставлять приятное «на потом».
б) Я не оставляю приятное «на потом».

12. а) Я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику.
б) Я могу быстро и непринужденно прервать разговор, интересный только одной стороне.
13. а) Я стремлюсь к достижению внутренней гармонии.
б) Состояние внутренней гармонии, скорее всего, недостижимо.
14. а) Не могу сказать, что я себе нравлюсь,
б) Я себе нравлюсь.
15. а) Я думаю, что большинству людей можно доверять.
б) Думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.
16. а) Низкооплачиваемая работа не может приносить удовлетворения.
б) Интересное, творческое содержание работы – само по себе награда.
17. а) Довольно часто мне бывает скучно.
б) Мне никогда не бывает скучно.
18. а) Я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на людскую благодарность.
б) Я бы предпочёл отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны.
19. а) Иногда мне трудно быть искренним.
б) Мне всегда удаётся быть искренним.
20. а) Когда я нравлюсь себе, мне кажется, что я нравлюсь и окружающим.
б) Даже когда я себе нравлюсь, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
21. а) Я доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
б) Свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать.
22. а) Я должен добиваться совершенства во всём, что я делаю.
б) Я не слишком расстраиваюсь, если мне это не удаётся.
23. а) Эгоизм – естественное свойство любого человека.
б) Большинству людей эгоизм не свойственен.
24. а) Если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на неопределённое время.
б) Я буду искать ответ на интересующий меня вопрос, не считаясь с затратами времени.
25. а) Я люблю перечитывать понравившиеся мне книги.
б) Лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной.
26. а) Я стараюсь поступать так, как ожидают окружающие.
б) Я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие.
27. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым.
б) Думаю, моё настоящее не очень-то связано с прошлым или будущим.
28. а) Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
б) Лишь немногие из моих занятий по-настоящему меня радуют.
29. а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактными.
б) Стремление разобраться в окружающих людях вполне естественно и оправдывает некоторую бестактность.

30. а) Я хорошо знаю, какие чувства способен испытывать, а какие нет.
б) Я еще не понял до конца, какие чувства способен испытывать.
31. а) Я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю.
б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
32. а) Человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других.
б) Вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе.
33. а) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу.
б) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие.
34. а) В сложных ситуациях надо действовать испытанными способами – это гарантирует успех.
б) В сложных ситуациях надо находить принципиально новые решения.
35. а) Люди редко раздражают меня.
б) Люди часто меня раздражают.
36. а) Если бы была возможность вернуть прошлое, я бы там многое изменил.
б) Я доволен своим прошлым и не хочу в нём ничего менять.
37. а) Главное в жизни – приносить пользу и нравиться людям.
б) Главное в жизни – делать добро и служить истине.
38. а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.
б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
39. а) Я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию.
б) Не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию.
40. а) Я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной.
б) Я верю в себя даже тогда, когда неспособен справиться со своими проблемами.
41. а) Совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами.
б) По своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах.
42. а) Меня интересуют все новшества в моей профессиональной сфере.
б) Я скептически отношусь к большинству нововведений в своей профессиональной области.
43. а) Я думаю, что творчество должно приносить пользу людям.
б) Я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие.
44. а) У меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам.
б) Формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнениям уважаемых и авторитетных людей.
45. а) Секс без любви не является ценностью.
б) Даже без любви секс – очень значимая ценность.
46. а) Я чувствую себя ответственным за настроение собеседника.
б) Я не чувствую себя ответственным за это.

47. а) Я легко мирюсь со своими слабостями.
б) Смириться со своими слабостями мне нелегко.
48. а) Успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому.
б) Успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки.
49. а) Моё чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг.
б) Моё самоуважение не зависит от моих достижений.
50. а) Большинство людей привыкли действовать «по линии наименьшего сопротивления».
б) Думаю, что большинство людей к этому не склонны.
51. а) Узкая специализация необходима для настоящего учёного.
б) Углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
52. а) Очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества.
б) В жизни очень важно приносить пользу людям.
53. а) Мне нравится участвовать в жарких спорах.
б) Я не люблю споров.
54. а) Я интересуюсь предсказаниями, гороскопами, астрологическими прогнозами.
б) Подобные вещи меня не интересуют.
55. а) Человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи.
б) Человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания.
56. а) В решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями.
б) Свои проблемы я решаю так, как считаю нужным.
57. а) Воля нужна для того, чтобы сдерживать желания и контролировать чувства.
б) Главное назначение воли – подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека.
58. а) Я не стесняюсь своих слабостей перед друзьями.
б) Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
59. а) Человеку свойственно стремиться к новому.
б) Люди стремятся к новому лишь по необходимости.
60. а) Я думаю, что неверно выражение «Век живи – век учись».
б) Выражение «Век живи – век учись» я считаю правильным.
61. а) Я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве.
б) Вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни.
62. а) Мне бывает непросто познакомиться с человеком, который мне симпатичен.
б) Я не испытываю трудностей, знакомясь с людьми.
63. а) Меня огорчает, что значительная часть жизни проходит впустую.
б) Не могу сказать, что какая-то часть моей жизни проходит впустую.

64. а) Одарённому человеку непростительно пренебрегать своим долгом.
б) Талант и способности значат больше, чем долг.
65. а) Мне хорошо удаётся манипулировать людьми.
б) Я полагаю, что манипулировать людьми неэтично.
66. а) Я стараюсь избегать огорчений.
б) Я делаю то, что полагаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями.
67. а) В большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться.
б) Существует множество ситуаций, где я могу позволить себе дурачиться.
68. а) Критика в мой адрес снижает мою самооценку.
б) Критика практически не влияет на мою самооценку.
69. а) Зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли.
б) Большинство людей завистливы, хотя и пытаются это скрыть.
70. а) Выбирая для себя занятие, человек должен учитывать его общественную значимость.
б) Человек должен заниматься прежде всего тем, что ему интересно.
71. а) Я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области.
б) Я думаю, что знания для этого совсем не обязательны.
72. а) Пожалуй, я могу сказать, что живу с ощущением счастья.
б) Я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.
73. а) Я думаю, что люди должны анализировать себя и свою жизнь.
б) Я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы.
74. а) Я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется.
б) Я не ищу оснований для своих действий и поступков.
75. а) Я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
б) Я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь, как хотелось бы.
76. а) О человеке никогда нельзя сказать с уверенностью, добрый он или злой.
б) Обычно оценить человека очень легко.
77. а) Для творчества нужно очень много свободного времени.
б) Мне кажется, что в жизни всегда можно найти время для творчества.
78. а) Обычно мне легко убедить собеседника в своей правоте.
б) В споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубедить его.
79. а) Если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко.
б) Я не испытываю неловкости в такой ситуации.
80. а) Я считаю себя творцом своего будущего.
б) Вряд ли я сильно влияю на собственное будущее.
81. а) Выражение «Добро должно быть с кулаками» я считаю правильным.
б) Вряд ли верно выражение «Добро должно быть с кулаками».
82. а) По-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства.
б) Достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки.
83. а) Иногда я боюсь быть самим собой.

- б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
84. а) Я стараюсь не вспоминать о своих былых неприятностях.
б) Время от времени я склонен возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах.
85. а) Я считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное.
б) Я вовсе не считаю, что целью жизни непременно должно быть что-то значительное.
86. а) Люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу.
б) Замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих.
87. а) Я стараюсь не быть белой вороной.
б) Я позволяю себе быть белой вороной.
88. а) В доверительной беседе люди обычно искренни.
б) Даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним.
89. а) Бывает, что я стыжусь проявлять свои чувства.
б) Я никогда этого не стыжусь.
90. а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили,
б) Я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю.
91. а) Я проявляю своё расположение к человеку независимо от того, взаимно ли оно.
б) Я редко проявляю своё расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно.
92. а) Я думаю, что в общении нужно открыто проявлять своё недовольство другими.
б) Мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство.
93. а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.
б) Внутренние противоречия снижают мою самооценку.
94. а) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства.
б) Думаю, что в открытом выражении чувств всегда есть элемент несдержанности.
95. а) Я уверен в себе.
б) Не могу сказать, что я уверен в себе.
96. а) Достижение счастья не может быть главной целью человеческих отношений.
б) Достижение счастья – главная цель человеческих отношений.
97. а) Меня любят, потому что я этого заслуживаю.
б) Меня любят, потому что я сам способен любить.
98. а) Неразделённая любовь способна сделать жизнь невыносимой.
б) Жизнь без любви хуже, чем неразделённая любовь в жизни.
99. а) Если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному.
б) Обычно в том, что разговор не сложился, виновата невнимательность собеседника.
100. а) Я стараюсь производить на людей хорошее впечатление.
б) Люди видят меня таким, каков я на самом деле.

Обработка и интерпретация результатов

Для подсчёта полученных респондентами результатов необходимо сравнить бланк ответа с ключом (расположенным ниже). За каждое совпадение с ключом по шкале опросника респондент получает один балл. Полученную сумму необходимо занести в таблицу результатов в графу «Сумма». Полученную сумму умножить на коэффициент и заполнить в графе «Итого» по каждой шкале.

Ключ

Стремление к самоактуализации выражается следующими пунктами теста:

1. Ориентация во времени: 1б, 11а, 17б, 24б, 27а, 36б, 54б, 63б, 73а, 80а.
2. Ценности: 2а, 16б, 18а, 25а, 28а, 37б, 45а, 55б, 61а, 64б, 72а, 81б, 85а, 96б, 98б.
3. Взгляд на природу человека: 7а, 15а, 23б, 41а, 50б, 59а, 69а, 76а, 82б, 86а.
4. Потребность в познании: 8б, 24б, 29б, 33б, 42а, 51б, 53а, 54б, 60б, 70б.
5. Креативность (стремление к творчеству): 9а, 13а, 16б, 25а, 28а, 33б, 34б, 43б, 52а, 55б, 61а, 64б, 70б, 71б, 77б.
6. Автономность: 5б, 9а, 10а, 26б, 31б, 32а, 37б, 44а, 56б, 66б, 68б, 74б, 75а, 87б, 92а.
7. Спонтанность: 5б, 21а, 31б, 38б, 39а, 48а, 57б, 67б, 74б, 83б, 87б, 89б, 91а, 92а, 94а.
8. Самопонимание: 4б, 13а, 20б, 30а, 31б, 38б, 47а, 66б, 79б, 93а.
9. Аутосимпатия: 6б, 14б, 21а, 22б, 32а, 40б, 49б, 58а, 67б, 68б, 79б, 84а, 89б, 95а, 97б.
10. Контактность: 10а, 29б, 35а, 46б, 48а, 53а, 62б, 78б, 90а, 92а.
11. Гибкость в общении: 3б, 10а, 12б, 19б, 29б, 32а, 46б, 48а, 65б, 99а.

Результаты диагностики

№	Название шкалы	Сумма	Коэффициент	Итого
1.	Ориентация во времени		1,5	
2.	Ценности		1	
3.	Взгляд на природу человека		1,5	
4.	Потребность в познании		1,5	
5.	Креативность		1	
6.	Автономность		1	
7.	Спонтанность		1	
8.	Самопонимание		1,5	
9.	Аутосимпатия		1	
10.	Контактность		1,5	
11.	Гибкость в общении		1,5	

3.2. Методика А. С. Лачинса «Гибкость мышления»

Тест предназначен для выявления пластичности – ригидности мышления.
Оснащение: лист бумаги, ручка, секундомер.

Инструкция. *Уважаемый коллега! Вам предлагается написать фразу «В поле уже таял снег» четырьмя разными способами.*

Способ 1. После команды «Начали!» напишите данную фразу столько раз, сколько успеете до команды «Стоп!».

Способ 2. После команды «Начали!» напишите эту фразу печатными буквами столько раз, сколько успеете до команды «Стоп!».

Способ 3. После команды «Начали!» напишите эту фразу столько раз, сколько успеете до команды «Стоп!», следующим образом: первая и все нечётные буквы должны быть письменными и заглавными, а вторая и все чётные – маленькими и печатными.

Способ 4. После команды «Начали!» напишите фразу своим привычным почерком, но при этом повторяйте каждую букву по два раза. Работайте как можно быстрее до команды «Стоп!».

Обработка и анализ данных

1. Подсчитывается количество написанных букв в каждом задании: М1, М2, М3, М4.

2. Вычисляется среднее значение для трёх заданий:

$$M_{\text{ср}} = \frac{M_2 + M_3 + M_4}{3}.$$

3. Определяется коэффициент креативной гибкости:

$$K_{\text{нг}} = \frac{M_{\text{ср}}}{M_1}.$$

Если Кгиб лежит в пределах от 0,5 до 1, значит, испытуемый обладает пластичным мышлением, легко и быстро переходит от одной деятельности к другой, оперативно реагирует на изменение входной ситуации, способен принимать адекватные решения. Значение Кгиб меньше 0,5 свидетельствует о ригидности мышления, т.е. низком уровне креативной гибкости. Испытуемый не способен быстро и адекватно реагировать на изменения ситуации, испытывает затруднения в изменении субъективной программы деятельности.

3.3. Диагностика мотивации достижения (А. Мехрабиан)

Назначение теста. Мотивация достижения, по мнению Г. Меррея, выражается в потребности преодолеть препятствия и добиваться высоких показателей в труде, самосовершенствоваться, соперничать с другими и опережать их, реализовывать свои таланты и тем самым повышать самоуважение. Данный тест предназначен для диагностики двух мотивов личности – стремления к

успеху и избегания неудачи. Выясняется, какой из двух мотивов у человека доминирует. Тест имеет две формы – мужскую (а) и женскую (б).

Инструкция. Тест состоит из ряда утверждений, касающихся отдельных сторон характера, а также мнений и чувств по поводу некоторых жизненных ситуаций. Чтобы оценить степень вашего согласия или несогласия с каждым из утверждений, используйте следующую шкалу:

- + 3 – полностью согласен;
- +2 – согласен;
- + 1 – скорее согласен, чем не согласен;
- 0 – нейтрален;
- -1 – скорее не согласен, чем согласен;
- -2 – не согласен;
- -3 – полностью не согласен.

Прочтите утверждения теста и оцените степень своего согласия или несогласия. При этом на бланке для ответов против номера утверждения поставьте цифру, которая соответствует степени вашего согласия. Дайте тот ответ, который первым придёт вам в голову. Не тратьте время на обдумывание.

Тест

Тест – форма Б (для мужчин)

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасаясь получения плохой.
2. Если бы я должен был выполнить сложное, незнакомое мне задание, то предпочёл бы сделать его вместе с кем-нибудь, чем трудиться в одиночку.
3. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверен, что смогу их решить, чем за лёгкие, которые знаю, что решу.
4. Меня больше привлекает дело, которое не требует напряжения и в успехе которого я уверен, чем трудное дело, в котором возможны неожиданности.
5. Если бы у меня что-то не выходило, я скорее приложил бы все силы, чтобы с этим справиться, чем перешёл бы к тому, что у меня может хорошо получиться.
6. Я предпочёл бы работу, в которой мои функции хорошо определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я должен сам определить свою роль.
7. Я трачу больше времени на чтение специальной литературы, чем художественной.
8. Я предпочёл бы важное и трудное дело, хотя вероятность неудачи в нём равна 50%, делу достаточно важному, но не трудному.
9. Я скорее выучу развлекательные игры, известные большинству людей, чем редкие игры, которые требуют мастерства и известны немногим.
10. Для меня очень важно делать свою работу как можно лучше, даже если из-за этого у меня возникают трения с товарищами.

11. Если бы я собирался играть в карты, то скорее сыграл бы в развлекательную игру, чем в трудную, требующую размышлений.
12. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, тем, где все участники примерно равны по силам.
13. В свободное от работы время я овладеваю какой-нибудь игрой скорее для развития умений, чем для отдыха и развлечений.
14. Я скорее предпочту сделать какое-то дело так, как считаю нужным, пусть даже с 50%-ным риском ошибиться, чем делать его так, как мне советуют другие.
15. Если бы мне пришлось выбирать, то я скорее выбрал бы работу, в которой начальная зарплата будет 500 рублей и может остаться на таком уровне неопределённое время, чем работу, в которой начальная зарплата равна 300 рублей и есть гарантия, что не позднее чем через полгода я буду получать 2000 рублей.
16. Я скорее стал бы играть в команде, чем соревноваться один с секундомером в руках.
17. Я предпочитаю работать не щадя сил, пока полностью не удовлетворюсь полученным результатом, чем закончить дело побыстрее и с меньшим напряжением.
18. На экзамене я предпочёл бы конкретные вопросы по пройденному материалу вопросам, требующим высказывания своего мнения.
19. Я скорее выбрал бы дело, в котором имеется некоторая вероятность неудачи, но есть и возможность достичь большего, чем такое, в котором моё положение не ухудшится, но и существенно не улучшится.
20. После успешного ответа на экзамене я скорее с облегчением вздохну «пронесло», чем порадуюсь хорошей оценке.
21. Если бы я мог вернуться к одному из незавершённых дел, то я скорее вернулся бы к трудному, чем к лёгкому.
22. При выполнении контрольного задания я больше беспокоюсь о том, как бы не допустить какую-нибудь ошибку, чем думаю о том, как правильно её решить.
23. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-нибудь за помощью, чем стану сам продолжать искать выход.
24. После неудачи я скорее становлюсь еще более собранным и энергичным, чем теряю всякое желание продолжать дело.
25. Если есть сомнения в успехе какого-либо начинания, то я скорее не стану рисковать, чем всё-таки приму в нём активное участие.
26. Когда я берусь за трудное дело, то скорее опасаясь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.
27. Я работаю эффективнее под чьим-то руководством, чем когда несу за свою работу личную ответственность.
28. Мне больше нравится выполнять сложное незнакомое задание, чем знакомое задание, в успехе которого я уверен.
29. Я работаю продуктивнее, когда мне конкретно указывают, что и как выполнять, чем когда передо мной ставят задачу лишь в общих чертах.

30. Если бы я успешно решил какую-то задачу, то с большим удовольствием взялся бы еще раз решать аналогичную задачу, чем перешел бы к задаче другого типа.

31. Когда нужно соревноваться, у меня скорее возникает интерес и азарт, чем тревога и беспокойство.

32. Пожалуй, я больше мечтаю о своих планах на будущее, чем пытаюсь их реально осуществить.

Тест – форма Б (для женщин)

1. Я больше думаю о получении хорошей оценки, чем опасаясь получения плохой.

2. Я чаще берусь за трудные задачи, даже если не уверена, что смогу их решить, чем за лёгкие, которые знаю, что решу.

3. Меня больше привлекает дело, которое не требует напряжения и в успехе которого я уверена, чем трудное дело, в котором возможны неожиданности.

4. Если бы у меня что-то не выходило, я скорее приложила бы все силы, чтобы с этим справиться, чем перешла бы к тому, что у меня может хорошо получиться.

5. Я предпочла бы работу, в которой мои функции хорошо определены и зарплата выше средней, работе со средней зарплатой, в которой я должна сама определять свою роль.

6. Более сильные переживания у меня вызывает скорее страх неудачи, чем надежда на успех.

7. Научно-популярную литературу я предпочитаю литературе развлекательного жанра.

8. Я предпочла бы важное и трудное дело, хотя вероятность неудачи в нём равна 50 %, делу достаточно важному, но не трудному.

9. Я скорее выучу развлекательные игры, известные большинству людей, чем редкие игры, которые требуют мастерства и известны немногим.

10. Для меня очень важно делать свою работу как можно лучше, даже если из-за этого у меня возникают трения с товарищами.

11. После успешного ответа на экзамене я скорее с облегчением вздохну «пронесло», чем порадуюсь хорошей оценке.

12. Если бы я собиралась играть в карты, то скорее сыграла бы в развлекательную игру, чем в трудную, требующую размышлений.

13. Я предпочитаю соревнования, где я сильнее других, тем, где все участники примерно равны по силам.

14. После неудачи я скорее становлюсь более собранной и энергичной, чем теряю всякое желание продолжать дело.

15. Неудачи отравляют мою жизнь больше, чем приносят радость успехи.

16. В новых неизвестных ситуациях у меня скорее возникает волнение и беспокойство, чем интерес и любопытство.

17. Я скорее попытаюсь приготовить новое интересное блюдо, хотя оно может плохо получиться, чем стану готовить привычное блюдо, которое обычно хорошо выходило.

18. Я скорее займусь чем-то приятным и необременительным, чем стану выполнять что-то, как мне кажется, стоящее, но не очень увлекательное.
19. Я скорее затратчу всё своё время на осуществление одного дела, чем постараюсь выполнить за это же время два-три дела.
20. Если я заболела и вынуждена остаться дома, то я использую время скорее для того, чтобы расслабиться и отдохнуть, чем почитать и поработать.
21. Если бы я жила с несколькими девушками в одной комнате и мы бы решили устроить вечеринку, я предпочла бы сама организовать её, чем предоставить сделать это кому-то другому.
22. Если у меня что-то не выходит, я лучше обращусь к кому-нибудь за помощью, чем стану сама продолжать искать выход.
23. Когда нужно соревноваться, у меня скорее возникает интерес и азарт, чем тревога и беспокойство.
24. Когда я берусь за трудное дело, то скорее опасаясь, что не справлюсь с ним, чем надеюсь, что оно получится.
25. Я эффективнее работаю под чьим-то руководством, чем когда несу за свою работу личную ответственность.
26. Мне больше нравится выполнять сложное незнакомое задание, чем знакомое задание, в успехе которого я уверена.
27. Если бы я успешно решила какую-то задачу, то с большим удовольствием взялась бы ещё раз решать аналогичную задачу, чем перешла бы к задаче другого типа.
28. Я работаю продуктивнее над заданием, когда передо мной ставят задачу в общих чертах, чем когда мне конкретно указывают на то, что и как выполнять.
29. Если при выполнении важного дела я допускаю ошибку, то чаще теряюсь и впадаю в отчаяние, чем быстро беру себя в руки и пытаюсь исправить положение.
30. Пожалуй, я больше мечтаю о своих планах на будущее, чем пытаюсь их реально осуществить.

Обработка и интерпретация результатов теста

Вначале подсчитывается суммарный балл. Ответам испытуемых на прямые пункты (отмеченные знаком «+» в ключе) приписываются баллы.

Ответы –3 –2 –1 0 1 2 3

Баллы 1 2 3 4 5 6 7

Ответам испытуемого на обратные пункты опросника (отмечены в ключе знаком «–») также приписываются баллы:

Ответы –3 –2 –1 0 1 2 3

Баллы 7 6 5 4 3 2 1

Ключ к тесту

Ключ к форме А: +1, -2, +3, -4, +5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, +13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, -23, +24, -25, -26, -27, +28, -29, -30, +31, -32.

Ключ к форме Б: +1, +2, -3, +4, -5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, -13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, +23, -24, -25, +26, -27, +28, -29, -30.

На основе подсчёта суммарного балла определяется, какая мотивационная тенденция доминирует у испытуемого. Баллы всех испытуемых выборки ранжируют и выделяют две конкретные группы: верхние 27% выборки характеризуются мотивом стремления к успеху, а нижние 27% – мотивом избегания неудачи.

3.4. Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса (Опросник Т. Элерса для изучения мотивации достижения успеха)

Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса (Тест / Опросник Т. Элерса для изучения мотивации достижения успеха) просчитывает ваши шансы на успех.

Описание к тесту Элерса (методики успеха): При диагностике личности на выявление мотивации к успеху Элерс исходил из положения: Личность, у которой преобладает мотивация к успеху, предпочитает средний или низкий уровень риска. Ей свойственно избегать высокого риска.

При сильной мотивации к успеху надежды на успех обычно скромнее, чем при слабой мотивации к успеху, однако такие люди много работают для достижения успеха, стремятся к нему. Исследования мотивации достижения были начаты в середине XX века Д.С. Мак-Клелландом, который с помощью общеизвестного тематического апперцептивного теста (ТАТ) смог зафиксировать качественные индивидуальные различия проявления мотивации достижения.

Основные алгоритмы поведенческого решения задач по достижению успеха и избеганию неудачи формируются в возрасте от трёх до тринадцати лет. Работы Дж. Аткинсона, Х. Хекхаузена и др. продемонстрировали, что существует как минимум три принципиальных мотивационных вектора, которые в решающей степени определяют характер взаимозависимости деятельностной активности и мотивации достижения: индивидуальные субъективные представления о вероятности личностного успеха и сложности стоящей перед индивидуумом задачи; степень значимости для субъекта этой задачи и, в связи с этим, сила стремления поддержать и повысить самооценку; склонность данной конкретной личности к адекватному приписыванию себе самой, другим людям и обстоятельствам ответственности за успех и неудачу.

С точки зрения Д. Мак-Клелланда, мотивация достижения может развиваться и в зрелом возрасте, в первую очередь, за счёт обучения. Как подчёркивает Л. Джуэлл, «кроме того, она может развиваться в контексте трудовой деятельности, когда люди непосредственно ощущают все преимущества, связанные с достижениями».

Адекватная мотивация достижения может закономерно формироваться и конструктивно реализовываться лишь в рамках системы отношений, которые характеризуются чертами подлинного сотрудничества и, прежде всего, гармоничного сочетания личностно не разрушающего давления: позитивного санкционирования за успехи и неунизительной поддержки в случае неудачи.

Инструкция. *Уважаемый коллега! Вам будет предложен 41 вопрос, на каждый из которых ответьте «да» или «нет».*

Стимульный материал

1. Когда имеется выбор между двумя вариантами, его лучше сделать быстрее, чем отложить на определённое время.
2. Я легко раздражаюсь, когда замечаю, что не могу на все 100 % выполнить задание.
3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я всё ставлю на карту.
4. Когда возникает проблемная ситуация, я чаще всего принимаю решение одним из последних.
5. Когда у меня два дня подряд нет дела, я теряю покой.
6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.
7. По отношению к себе я более строг, чем по отношению к другим.
8. Я более доброжелателен, чем другие.
9. Когда я отказываюсь от трудного задания, я потом сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нём я добился бы успеха.
10. В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.
11. Усердие – это не основная моя черта.
12. Мои достижения в труде не всегда одинаковы.
13. Меня больше привлекает другая работа, чем та, которой я занят.
14. Порицание стимулирует меня сильнее, чем похвала.
15. Я знаю, что мои коллеги считают меня дельным человеком.
16. Препятствия делают мои решения более твёрдыми.
17. У меня легко вызвать честолюбие.
18. Когда я работаю без вдохновения, это обычно заметно.
19. При выполнении работы я не рассчитываю на помощь других.
20. Иногда я откладываю то, что должен был сделать сейчас.
21. Нужно полагаться только на самого себя.
22. В жизни мало вещей, более важных, чем деньги.
23. Всегда, когда мне предстоит выполнить важное задание, я ни о чём другом не думаю.
24. Я менее честолюбив, чем многие другие.
25. В конце отпуска я обычно радуюсь, что скоро выйду на работу.
26. Когда я расположен к работе, я делаю её лучше и квалифицированнее, чем другие.
27. Мне проще и легче общаться с людьми, которые могут упорно работать.
28. Когда у меня нет дел, я чувствую, что мне не по себе.
29. Мне приходится выполнять ответственную работу чаще, чем другим.

30. Когда мне приходится принимать решение, я стараюсь делать это как можно лучше.
31. Мои друзья иногда считают меня ленивым.
32. Мои успехи в какой-то мере зависят от моих коллег.
33. Бессмысленно противодействовать воле руководителя.
34. Иногда не знаешь, какую работу придётся выполнять.
35. Когда что-то не ладится, я нетерпелив.
36. Я обычно обращаю мало внимания на свои достижения.
37. Когда я работаю вместе с другими, моя работа даёт большие результаты, чем работы других.
38. Много, за что я берусь, я не довожу до конца.
39. Я завидую людям, которые не загружены работой.
40. Я не завидую тем, кто стремится к власти и положению.
41. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я иду вплоть до крайних мер.

Ключ

По 1 баллу начисляется за ответы «да» на следующие вопросы: 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41.

Также начисляется по 1 баллу за ответы «нет» на вопросы: 6, 19, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39.

Ответы на вопросы 1, 11, 12, 19, 28, 33, 34, 35, 40 не учитываются.

Далее подсчитывается сумма набранных баллов.

Анализ результата

От 1 до 10 баллов – низкая мотивация к успеху;

от 11 до 16 баллов – средний уровень мотивации;

от 17 до 20 баллов – умеренно высокий уровень мотивации;

свыше 21 балла – слишком высокий уровень мотивации к успеху.

Исследования показали, что люди, умеренно и сильно ориентированные на успех, предпочитают средний уровень риска. Те же, кто боится неудач, предпочитают малый или, наоборот, слишком большой уровень риска. Чем выше мотивация человека к успеху, достижению цели, тем ниже готовность к риску. При этом мотивация к успеху влияет и на надежду на успех: при сильной мотивации к успеху надежды на успех обычно скромнее, чем при слабой мотивации к успеху. К тому же людям, мотивированным на успех и имеющим большие надежды на него, свойственно избегать высокого риска. Те, кто сильно мотивирован на успех и имеют высокую готовность к риску, реже попадают в несчастные случаи, чем те, которые имеют высокую готовность к риску, но высокую мотивацию к избеганию неудач (защиту). И наоборот, когда у человека имеется высокая мотивация к избеганию неудач (защита), то это препятствует мотиву к успеху – достижению цели.

3.5. Методика диагностики мотивации избегания неудач Т. Элерса

Методика определяет, насколько сильно вы ориентированы на защиту, т.е. к стратегии избегания неудач. Этот тест Эслера на избегание неудач будет полезен всем, кого преследуют неудачи, и тем, кто не понимает, почему он неудачник.

Личность, у которой преобладает мотив избегания неудач, предпочитает малый или, наоборот, чрезмерно большой риск, где неудача не угрожает престижу. У нее, как правило, высокий уровень защиты и страха перед несчастными случаями. И она чаще попадает в подобные неприятности. Доминирование у человека мотива избегания неудач приводит к занижению самооценки и уровню притязаний. Повторяющиеся неудачи могут привести такого человека в состояние привычной подавленности, к устойчивому снижению веры в себя и к хронической боязни неудач. У таких людей, как правило, низкий уровень развития мотивации достижения. Люди с низким уровнем мотивации к успеху проявляют неуверенность в себе, тяготеют выполняемой работой. Выполнение трудных заданий вызывает у них дискомфорт.

Инструкция. Вам предлагается список слов из 30 строк, по 3 слова в каждой строке. В каждой строке выберите только одно из трёх слов, которое наиболее точно Вас характеризует, и на листочке отметьте выбранное Вами слово, например: 1.2 (строка №1, столбец №2).

Тестовый материал

1	2	3
1. Смелый	бдительный	предприимчивый
2. Кроткий	робкий	упрямый
3. Осторожный	решительный	пессимистичный
4. Непостоянный	бесцеремонный	внимательный
5. Неумный	трусливый	недумающий
6. Ловкий	бойкий	предусмотрительный
7. Хладнокровный	колеблющийся	удалой
8. Стремительный	легкомысленный	боязливый
9. Незадумывающийся	жеманный	непредусмотрительный
10. Оптимистичный	добросовестный	чуткий
11. Меланхолический	сомневающийся	неустойчивый
12. Трусливый	небрежный	взволнованный
13. Опрометчивый	тихий	боязливый
14. Внимательный	неблагодарный	смелый
15. Рассудительный	быстрый	мужественный
16. Предприимчивый	осторожный	предусмотрительный
17. Взволнованный	рассеянный	робкий
18. Малодушный	неосторожный	бесцеремонный
19. Пугливый	нерешительный	нервный

20. Исполнительный	преданный	авантюрный
21. Предусмотрительный	бойкий	отчаянный
22. Укрощённый	безразличный	небрежный
23. Осторожный	беззаботный	терпеливый
24. Разумный	заботливый	храбрый
25. Предвидящий	неустршимый	добросовестный
26. Поспешный	пугливый	беззаботный
27. Рассеянный	опрометчивый	пессимистичный
28. Осмотрительный	рассудительный	предприимчивый
29. Тихий	неорганизованный	боязливый
30. Оптимистичный	бдительный	беззаботный

Ключ

Расчёт значений: добавьте по 1 баллу за следующие ответы, приведённые в ключе (первая цифра перед чертой означает номер строки, вторая цифра после черты – номер столбца, в котором находится нужное слово. Например, 1/2 означает, что слово, получившее 1 балл в первой строке, во втором столбце – «бдительный»). Другие выборы баллов не получают.

1/2; 2/1; 2/2; 3/1; 3/3; 4/3; 5/2; 6/3; 7/2; 7/3; 8/3; 9/1; 9/2; 10/2;
11/1; 11/2; 12/1; 12/3; 13/2; 13/3; 14/1; 15/1; 16/2; 16/3; 17/3;
18/1; 19/1; 19/2; 20/1; 20/2; 21/1; 22/1; 23/1; 23/ 3; 24/1; 24/2;
25/1; 26/2; 27/3; 28/1; 28/2; 29/1; 29/3; 30/2.

Интерпретация

Чем больше сумма баллов, тем выше уровень мотивации к избеганию неудач, защите.

от 2 до 10 баллов – низкая мотивация к защите;

от 11 до 16 баллов – средний уровень мотивации;

от 17 до 20 баллов – высокий уровень мотивации;

свыше 20 баллов – слишком высокий уровень мотивации к избеганию неудач, защите.

Результат теста «Мотивация к избеганию неудач» следует анализировать вместе с результатами таких тестов, как «Мотивация к успеху» и «Готовность к риску» Шуберта.

Мотивы к достижению успеха и избеганию неудач, поддерживающие и направляющие поведение личности, влияют на его успешность деятельности и встречаются у всех людей. Психодиагностическое изучение этих мотивов позволяет направить деятельность человека в сторону максимально успешной реализации.

3.6. Диагностика индивидуального стиля деятельности учителя (Методика А. К. Марковой и А. Я. Никоновой)

В данной методике изложен подход, разработанный А. К. Марковой совместно с А. Я. Никоновой. В основу различения стиля в труде учителя были положены следующие основания: содержательные характеристики стиля (преимущественная ориентация учителя на процесс или результат своего труда, развёртывание учителем ориентировочного и контрольно-оценочного этапов в своём труде); динамические характеристики стиля (гибкость, устойчивость, переключаемость и др.); результативность (уровень знаний и навыков учения у школьников, а также интерес учеников к предмету). На основе этого был выделен ряд индивидуальных стилей, описанных ниже.

Эмоционально-импровизационный стиль (ЭИС). Учителя с ЭИС отличает преимущественная ориентация на процесс обучения. Объяснение нового материала такой учитель строит логично, интересно, однако в процессе объяснения у него часто отсутствует обратная связь с учениками. Во время опроса учитель с ЭИС обращается к большому числу учеников, в основном сильных, интересующих его, опрашивает их в быстром темпе, задаёт неформальные вопросы, но мало даёт им говорить, не дожидается, пока они сформулируют ответ самостоятельно. Для учителя с ЭИС характерно недостаточно адекватное планирование учебно-воспитательного процесса. Для отработки на уроке он выбирает наиболее интересный учебный материал; менее интересный материал, хотя и важный, он оставляет для самостоятельного разбора учащимися. В деятельности учителя с ЭИС недостаточно представлены закрепление и повторение учебного материала, контроль знаний учащихся. Учителя с ЭИС отличает высокая оперативность, использование большого арсенала разнообразных методов обучения. Он часто практикует коллективные обсуждения, стимулирует спонтанные высказывания учащихся. Для учителя с ЭИС характерна интуитивность, выражающаяся в частом неумении проанализировать особенности и результативность своей деятельности на уроке.

Эмоционально-методичный стиль (ЭМС). Для учителя с ЭМС характерны ориентация на процесс и результаты обучения, адекватное планирование учебно-воспитательного процесса, высокая оперативность, некоторое преобладание интуитивности над рефлексивностью. Ориентируясь как на процесс, так и на результаты обучения, такой учитель адекватно планирует учебно-воспитательный процесс, поэтапно отработывает весь учебный материал, внимательно следит за уровнем знаний всех учащихся (как сильных, так и слабых), в его деятельности постоянно представлены закрепление и повторение учебного материала, контроль знаний учащихся. Такого учителя отличает высокая оперативность, он часто меняет виды работы на уроке, практикует коллективные обсуждения. Используя столь же богатый арсенал методических приёмов при отработке учебного материала, что и учитель с ЭИС, учитель с ЭМС в от-

личие от последнего стремится активизировать детей не внешней развлекательностью, а желанием прочно заинтересовать особенностями самого предмета.

Рассуждающе-импровизационный стиль (РИС). Для учителя с РИС характерны ориентация на процесс и результаты обучения, адекватное планирование учебно-воспитательного процесса. По сравнению с учителями эмоциональных стилей учитель с РИС проявляет меньшую изобретательность в подборе и варьировании методов обучения, не всегда способен обеспечить высокий темп работы, реже практикует коллективные обсуждения, относительно время спонтанной речи его учащихся во время уроков меньше, чем у учителей с эмоциональным стилем. Учитель с РИС меньше говорит сам, особенно во время опроса, предпочитая воздействовать на учащихся косвенным путём (посредством подсказок, уточнений и т. д.), давая возможность отвечающим детально оформить ответ.

Рассуждающе-методичный стиль (РМС). Ориентируясь преимущественно на результаты обучения и адекватно планируя учебно-воспитательный процесс, учитель с РМС проявляет консервативность в использовании средств и способов педагогической деятельности. Высокая методичность (систематичность закрепления, повторения учебного материала, контроля знаний учащихся) сочетается с малым, стандартным набором используемых методов обучения, предпочтением репродуктивной деятельности учащихся, редким проведением коллективных обсуждений. В процессе опроса учитель с РМС обращается к небольшому количеству учеников, давая каждому много времени на ответ, особое внимание уделяя слабым ученикам. Для учителя с РМС характерна в целом рефлексивность.

Опросник для анализа учителем особенностей индивидуального стиля своей педагогической деятельности

Инструкция. *Уважаемый коллега! Ответы на нижеследующие вопросы помогут вам выявить свой индивидуальный стиль работы. Для этого в предлагаемом вопроснике отметьте галочками варианты ответов, подходящие вам (при совпадении двух-трёх вариантов отмечайте все колонки). Подсчитав количество галочек в каждой колонке, вы можете определить свой стиль работы (колонка с максимальным количеством галочек).*

Вопросы	Варианты ответов			
	ЗИС	ЗМС	РИС	РМС
1. Вы составляете подробный план урока?	нет	да	нет	да
2. Вы планируете урок лишь в общих чертах?	да	нет	да	нет
3. Часто ли вы отклоняетесь от плана урока?	да	да	да	нет
4. Отклоняетесь ли вы от плана, заметив пробел в знаниях учащихся или трудности в усвоении материала?	нет	да	да	да

5. Вы отводите большую часть урока объяснению нового материала?	да	да	нет	нет
6. Вы постоянно следите за тем, как усваивается новый материал в процессе объяснения?	нет	да	да	да
7. Часто ли вы обращаетесь к учащимся с вопросами в процессе объяснения?	нет	да	да	да
8. В процессе опроса много ли времени вы отводите ответу каждого ученика?	нет	нет	да	да
9. Вы всегда добиваетесь абсолютно правильных ответов?	нет	да	да	да
10. Вы всегда добиваетесь, чтобы опрашиваемый самостоятельно исправил свой ответ?	нет	нет	да	да
11. Вы часто используете дополнительный учебный материал при объяснении?	да	да	да	нет
12. Вы часто меняете темы работы на уроке?	да	да	нет	нет
13. Допускаете ли вы, чтобы опрос учащихся спонтанно перешёл в коллективное обсуждение или объяснение нового учебного материала?				
14. Вы сразу отвечаете на неожиданные вопросы учащихся.	да	нет	нет	нет
15. Вы постоянно следите за активностью всех учащихся во время опроса?	нет	да	нет	нет
16. Может ли неподготовленность или настроение учащихся во время урока вывести вас из равновесия?	да	да	нет	нет
17. Вы всегда сами исправляете ошибки учащихся?	да	да	нет	нет
18. Вы всегда укладываетесь в рамки урока?	нет	да	да	да
19. Вы строго следите за тем, чтобы учащиеся отвечали и выполняли проверочные работы самостоятельно: без подсказок, не подглядывая в учебник?	нет	да	нет	да
20. Вы всегда подробно оцениваете каждый ответ?	нет	да	да	да
21. Резко ли различаются ваши требования к сильным и слабым ученикам?	да	нет	нет	нет
22. Часто ли вы поощряете за хорошие ответы?	да	да	да	нет
23. Часто ли вы порицаете учащихся за плохие ответы?	нет	да	нет	да
24. Часто ли вы контролируете знания учащихся?	нет	да	нет	да
25. Часто ли вы повторяете пройденный материал?	нет	да	да	да
26. Вы можете перейти к изучению следующей темы, не будучи уверенным, что предыдущий материал усвоен всеми учащимися?	да	да	да	нет
27. Как вы думаете, учащимся обычно интересно у	да	да	да	нет

вас на уроках?				
28. Как вы думаете, учащимся обычно приятно у вас на уроках?	да	да	да	нет
29. Вы постоянно поддерживаете высокий темп урока?	да	да	нет	нет
30. Вы сильно переживаете невыполнение учащимися домашнего задания?	нет	да	нет	нет
31. Вы всегда требуете чёткого соблюдения дисциплины на уроке?	нет	да	нет	да
32. Вас отвлекает «рабочий шум» на уроке?	нет	да	нет	да
33. Вы часто анализируете свою деятельность на уроке?	нет	да	нет	да

Примечание. Наибольшее количество ответов «да» в одной из колонок свидетельствует с определённой долей вероятности о преобладании у учителя стиля, названного в этой колонке.

Рекомендации по совершенствованию учителем индивидуального стиля своей педагогической деятельности. После того как вы определили свой стиль преподавания, предлагаем вам ознакомиться с общей характеристикой данного стиля. Затем сопоставьте, пожалуйста, выделенные особенности со спецификой процесса и результативностью вашей деятельности. В случае совпадения на основе предлагаемых рекомендаций составьте индивидуальный план совершенствования своего стиля преподавания и приступайте к его выполнению. По истечении нескольких месяцев (в конце учебного года) оцените, насколько успешной оказалась эта работа. В случае необходимости обратитесь за помощью к своим коллегам. Итак, в зависимости от выявленного стиля предлагаем вам следующие рекомендации.

Эмоционально-импровизационный стиль. Вы обладаете многими достоинствами: высоким уровнем знаний, артистизмом, контактностью, проницательностью, умением интересно преподавать учебный материал, увлечь учеников преподаваемым предметом, руководить коллективной работой, варьировать разнообразные формы и методы обучения. ваши уроки отличает благоприятный психологический климат.

Однако вашу деятельность характеризуют и определённые недостатки: отсутствие методичности (недостаточная представленность в вашей деятельности закрепления и повторения учебного материала, контроля знаний учащихся). Возможно недостаточное внимание к уровню знаний слабых учеников, недостаточная требовательность, завышенная самооценка, демонстративность, повышенная чувствительность, что обуславливает вашу чрезмерную зависимость от ситуации на уроке. В результате у ваших учеников стойкий интерес к изучаемому предмету и высокая познавательная активность сочетаются с непрочными знаниями, недостаточно сформированными навыками учения.

Преодолеть эти недостатки в ваших силах. Рекомендуем вам несколько уменьшить количество времени, отводимого объяснению нового материала; в

процессе объяснения тщательно контролировать, как усваивается материал (для этого через определённые промежутки времени можно обращаться к учащимся с просьбой повторить сказанное или ответить на вопросы). Никогда не переходите к изучению нового материала, не будучи уверенными, что предыдущий усвоен всеми учениками. Внимательно относитесь к уровню знаний слабых учеников. Тщательно отработайте весь учебный материал, уделяя большое внимание закреплению и повторению. Не бойтесь и не избегайте «скучных» видов работы – отработки правил, повторения.

Старайтесь активизировать учащихся не внешней развлекательностью, а развитием интереса к особенностям самого предмета. Во время опроса больше времени отводите ответу каждого ученика, добивайтесь правильного ответа, никогда не исправляйте сразу ошибки: пусть ошибившийся сам чётко сформулирует и исправит свой ответ, а вы помогайте ему уточнениями и дополнениями. Всегда давайте подробную и объективную оценку каждому ответу. Повышайте требовательность. Следите, чтобы учащиеся отвечали и выполняли проверочные работы самостоятельно, без подсказок и подглядывания. Старайтесь подробно планировать урок, выполнять намеченный план и анализировать свою деятельность на уроке.

Эмоционально-методичный стиль. Вас отличают очень многие достоинства: высокий уровень знаний, контактность, проницательность, высокая методичность, требовательность, умение интересно преподать учебный материал, умение активизировать учеников, возбуждая у них интерес к особенностям предмета, умелое использование и варьирование форм и методов обучения. В результате у ваших учащихся прочные знания сочетаются с высокой познавательной активностью и сформулированными навыками учения. Однако Вам свойственны и некоторые недостатки: несколько завышенная самооценка, некоторая демонстративность, повышенная чувствительность, обуславливающая Вашу излишнюю зависимость от ситуации на уроке, настроения и подготовленности учащихся.

Рекомендуем вам стараться меньше говорить на уроке, давая возможность в полной мере высказаться вашим учащимся, не исправлять сразу неправильных ответов, а путём многочисленных уточнений, дополнений, подсказок добиваться, чтобы опрашиваемый сам исправил и оформил свой ответ. Собственные формулировки предлагайте лишь тогда, когда это действительно необходимо. По возможности старайтесь проявлять больше сдержанности.

Рассуждающе-импровизационный стиль. Вы обладаете очень многими достоинствами: высоким уровнем знаний, контактностью, проницательностью, требовательностью, умением ясно и чётко преподать учебный материал, внимательным отношением к уровню знаний всех учащихся, объективной самооценкой, сдержанностью.

У ваших учащихся интерес к изучаемому предмету сочетается с прочными знаниями и сформированными навыками учения. Однако вашу деятельность характеризуют и определённые недостатки: недостаточно широкое варьирование форм и методов обучения, недостаточное внимание к постоянному поддержанию дисциплины на уроке. Вы много времени отводите ответу каждого

ученика, добиваетесь, чтобы он детально сформировал свой ответ, объективно оцениваете его, что повышает эффективность вашей деятельности. В то же время подобная манера ведения опроса обуславливает некоторое замедление темпа урока. Этот недостаток можно компенсировать, шире используя разнообразные методы работы.

Рекомендуем вам чаще практиковать коллективные обсуждения, проявлять больше изобретательности в подборе увлекающих учащихся тем. Рекомендуем проявлять больше нетерпимости к нарушениям дисциплины на уроке. Сразу и строго потребуйте тишины на каждом уроке, и в конечном счете вам не придётся делать такого количества дисциплинарных замечаний.

Рассуждающе-методичный стиль. Вы обладаете многими достоинствами: высокой методичностью, внимательным отношением к уровню знаний всех учащихся, высокой требовательностью. Однако вашу деятельность характеризуют и определённые недостатки: неумение постоянно поддерживать у учеников интерес к изучаемому предмету, использование стандартного набора форм и методов обучения, предпочтение репродуктивной, а не продуктивной деятельности учащихся, нестабильное эмоциональное отношение к учащимся.

В результате у ваших учащихся сформированные навыки учения и прочные знания сочетаются с отсутствием интереса к изучаемому предмету. Пребывание на ваших уроках для многих из них томительно и не всегда интересно. На ваших уроках нередко отсутствует благоприятный психологический климат. Преодолеть эти недостатки в ваших силах. Рекомендуем вам шире применять поощрения хороших ответов, менее резко порицать плохие. Ведь от эмоционального состояния ваших учащихся в конечном счете зависят и результаты их обучения.

Постарайтесь расширить свой арсенал методических приёмов, шире варьировать разнообразные формы занятий. Если вы преподаёте иностранный язык, не ограничивайтесь лишь репродуктивными видами работы: заучиванием наизусть текстов, зазубриванием правил. Если вы будете использовать только их, то ваши учащиеся потеряют интерес к предмету, а самое главное – их будет отличать слабая ориентация в языке. Старайтесь использовать различные упражнения для активизации навыков речи: ситуативные диалоги, языковые игры, песни, стихотворения, диафильмы. Если вы преподаёте гуманитарные предметы, почаще практикуйте коллективные обсуждения, выбирайте для них темы, которые могут увлечь учащихся.

3.7. Методика исследования стиля поведения «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур»

Материалы: три листа нелинованной бумаги размером 10 на 10 см, пронумерованные соответственно № 1, № 2 и № 3; простой карандаш; ластик.

Инструкция. *Уважаемый коллега! Вам нужно на листе № 1 нарисовать фигуру человека, составленную из 10 элементов, среди которых должны быть треугольник, круг и квадрат. Вы можете увеличивать или уменьшать эти элементы в размерах, накладывать их друг на друга по мере необходимости, деформировать их (треугольник может быть равносторонним, равнобедренным, прямоугольным, тупоугольным; квадрат можно заменить прямоугольником, трапецией, а круг – овалом). Важно, чтобы все эти три элемента в изображении человека присутствовали, а их общее количество было равно десять. Если при рисовании вы использовали большее количество фигур, то нужно зачеркнуть или стереть лишние, а если вы использовали меньше, то необходимо дорисовать недостающие. [Когда испытуемый нарисовал первого человека, нужно дать ему следующий листок № 2 и попросить нарисовать человека ещё раз. Потом даётся листок № 3 и испытуемый рисует ещё одного человека].*

Интерпретация

Общее значение используемых фигур:

Преобладание треугольников в рисунке – стремление к доминированию, успеху, «мужское» начало – напористость, агрессивность, жёсткость.

Преобладание кругов в рисунке – сочувствие, мягкость, дружелюбное отношение, эмпатичность, «женское» начало.

Преобладание квадратов в рисунке – практичный подход, целеустремлённость, логичность, продуманность.

Последовательность рисунков.

Рисунок № 1. Тип личности.

Рисунок № 2. Наличное состояние.

Рисунок № 3. Будущая перспектива.

Качественная интерпретация.

Туловище.

- Тело нарисовано треугольником или прорисована шея – повышенная чувствительность, ранимость, обидчивость.

- Испытуемый мужчина рисует юбочку – семейная жизнь представляет безусловную ценность.

- Испытуемая женщина рисует юбочку – женственность.

- Непропорционально большое тело – хронические соматические заболевания желудочно-кишечного тракта.

- Детали на теле (кармашек, пуговицы, пупок и т.д.) – забота о близких людях, проблемы, связанные с ними.
- Детали на теле в виде кружков – забота о более старших членах семьи.
- Детали на теле в виде квадратов – забота о более молодых членах семьи.
- Детали на теле в виде треугольников – испытуемый командует в семье, отдаёт распоряжения.

Голова.

- Шапочка на голове – наличие серьезной проблемы, которая сковывает возможности испытуемого.
- Волосы или бантики, изображённые в виде треугольников, остриё которых направлено к центру головы, – аутоагрессия.
- Лицо полностью прорисовано (по крайней мере, присутствуют глаза и рот) – общительность.
- Нет прорисовки лица – сложности в общении.
- Только глаза на лице – рефлексивная позиция, человек не любит говорить о себе.
- Только рот на лице – болтливость, чрезмерная речевая активность.
- Только нос на лице:
 - *) хронические соматические заболевания носоглотки;
 - *) испытуемый работает с запахами (вредное производство, дегустация запахов).
- Уши – умение слушать собеседника.
- Очень большие уши – чрезмерное значение придаётся мнению окружающих об испытуемом.
- Лицо повёрнуто вправо – испытуемый строит планы на ближайшее будущее.
- Лицо повёрнуто влево – испытуемый строит большие планы на дальнее будущее.
- Нарисовано только одно лицо без туловища:
 - *) повышенный интерес к людям,
 - *) писательские способности.

Конечности.

- Конечности (руки или/и ноги) изображены кругами – испытуемый даёт большую физическую нагрузку на соответствующие конечности, чувствует усталость.
- Человек стоит на постаменте – амбициозность, желание утвердиться, достичь успехов.

Положение и размер человека.

- Очень маленький человек – недовольство собственным положением, ситуацией.
- Маленький человечек внизу страницы – заниженная самооценка.
- Большой человек вверху страницы – высокая самооценка.

- Человек лежит – перед испытуемым стоит сложная задача, которую он не в силах выполнить.

Другие детали.

- Штриховка, сильное выделение отдельных деталей – повышенная тревожность, внутреннее напряжение.

- Детали рисунка не соединены друг с другом (голова, руки, ноги, туловище отделены друг от друга):

*) испытуемый несерьёзно отнёсся к тестированию;

*) нарушения мыслительных операций.

Количественная интерпретация.

По каждому нарисованному человеку подсчитывается «формула», трёхзначное число: первая цифра - количество треугольников; вторая цифра – количество кругов; третья цифра – количество квадратов. Формула обозначает соответствующий тип личности.

1. «Руководители». Вид формул: 9; 8**; 7**; 6**.**

Человек хорошо адаптирован в социуме, способен осуществлять руководящую и организующую деятельность, доминирует, большое значение придаёт нормативному поведению. Обладает хорошими речевыми способностями, является прекрасным рассказчиком. Может работать с большим объёмом информации. Хорошо разбирается в межличностных отношениях. Может работать с физическими и интеллектуальными перегрузками. Излюбленная психологическая защита – вытеснение.

Особые формулы:

9**, 8** – испытуемый склонен к чрезмерно жёсткому доминированию.

7** – испытуемый доминирует в зависимости от ситуации.

6** – такая формула характерна для преподавателей.

2. «Ответственный исполнитель». Вид формул: 5.**

Ответственный, требовательный к себе и другим, колеблется в принятии решений. Очень чувствителен к правде и лжи. Хороший профессионал, умеет делать своё дело. При работе с перегрузками возможно развитие психосоматических заболеваний. Излюбленная психологическая защита – самообвинение.

3. «Тревожно-мнительный». Вид формул: 4.**

Обычно, кроме профессии, у такого человека есть хобби. Способный, часто обладает литературными способностями или хорошими ручными навыками. Не любит беспорядка и грязи, часто конфликтует по этому поводу с окружающими. Обладает повышенной ранимостью, часто сомневается в себе, нуждается в одобрении окружающих. Возможно наличие страха публичных выступлений.

Особые формулы:

415 – поэтическая одарённость.

424 – испытуемого отличает тщательность в работе, излюбленная фраза: «Как можно так плохо работать?».

4. «Учёный». Вид формул: 3.**

Испытуемого отличает «концептуальный» ум, умение абстрагироваться от реальности. Склонен строить собственные теории по любому поводу. Отличается рациональным поведением, душевным равновесием. Излюбленная психологическая защита – рационализация. Обладает способностями к «синтетическим» видам искусства – кино, цирк, мультипликация и т.д.

Особые формулы:

316 – способности к сложной координационной работе.

325 – интересы в области здоровья, медицины, биологии, познания жизни.

5. «Интуитивный». Вид формул: 2.**

Обычно принадлежит к «меньшинству» в малой группе. Любит свободу, новизну. Обладает образным мышлением, хорошо развитыми ручными навыками. Любит заботиться о других. Интересы лежат в области искусства, эстетики, психологии. Очень чувствительная нервная система, сильная истощаемость. Необходимо работать на переключении, концентрируясь то на одном деле, то на другом.

Особые формулы:

235 – профессиональные психологи или очень увлекающиеся психологией.

244 – способности к литературному творчеству.

217 – способности к изобретательской деятельности.

226 – высокая мотивация достижения, склонность к новизне.

6. «Изобретатель» (иногда «Конструктор» или «Художник»). Вид формул: 1, 0**.**

Характерно наличие «технической» жилки, пространственного мышления, богатого воображения. Генератор оригинальных идей, склонен к техническому, интеллектуальному, художественному творчеству. Интроверт, повышенный самоконтроль, скрытая эмоциональность и ранимость. Живёт по «собственным» нормам, не всегда понятным окружающим его людям.

Особые формулы:

019 – испытуемый хорошо владеет аудиторией.

118 – изобретатель.

7. «Эмотив». Формулы: 460, 361, 370, 262, 271, 280, 163, 172, 181, 190, 064, 073, 082, 091.

Испытуемый чрезмерно сопереживает другим людям, заботится о других, тратит много энергии на сочувствие. Не терпят жестокости как в реальной жизни, так и в кино и т.д.

8. «Неэмотив». Формулы: 901, 802, 703, 604, 505, 406, 307, 208, 109.

Не чувствует других людей и их переживания, невнимателен, чёрств. Настойчив в достижении собственной цели, при этом «цель оправдывает средства».

Типы сработанности.

Максимально эффективны в инструментальных (деловых) отношениях следующие пары типов:

- Руководитель – Изобретатель.
- Учёный – Тревожно-мнительный.
- Ответственный исполнитель – Интуитивный.
- Эмотив хорошо срабатывается с любым из типов.
- Неэмотив испытывает трудности при построении контактов с любым из этих типов. Хотя его это заботит в меньшей степени, чем окружающих.

3.8. Тест «Оценка своего стиля руководства» (Методика А. В. Жуплева)

***Инструкция.** Уважаемый коллега! Перед вами 40 утверждений, которые отражают различные элементы стиля руководства. Постарайтесь выразить своё отношение к этим утверждениям в соответствии с тем, как вы обычно действуете и мыслите как руководитель трудового коллектива. Порядковый номер каждого утверждения заключён в прямоугольник. Определив, как вы относитесь к этому утверждению, поставьте внутри прямоугольника рядом с порядковым номером утверждения одну из следующих букв:*

С – явление наблюдается систематически (с вероятностью 80-100% от возможного);

Ч – явление наблюдается часто (60-80%);

И – явление наблюдается иногда (40-60%);

Р – явление наблюдается редко (20-40%);

Н – явление не наблюдается никогда (0-20%).

Тест

1. В коллективе, которым я руковожу, проводятся (силами собственных специалистов или внешних консультантов) обследования социально-психологического климата, мнений, настроений людей.
2. В работе коллектива используются, где это необходимо, стандартные правила, методические указания, инструкции и другие управленческие документы.
3. Я обосновываю и отстаиваю мнение коллектива (если убеждён в его справедливости) перед вышестоящим руководством.
4. Тщательно планирую работу аппарата управления.
5. Прикладываю все усилия, чтобы добиться от подчинённых выполнения плана.

6. Мои подчинённые чётко знают свои и общие задачи, стоящие перед организацией.
7. Я лично решаю, что и как должно делаться в коллективе для достижения производственных целей, предоставляя подчинённым исполнительские функции.
8. Допускаю в работе подчинённых проявление высокого уровня инициативы и самостоятельности в выборе способов достижения стоящих перед ними целей.
9. Допускаю это не только в выборе способов, но и в самом процессе выработки целей при условии, что подчинённые обосновывают их важность и напряжённость (острую актуальность).
10. Мне, как руководителю, приходится в отступление от установленного графика идти на организацию в коллективе работ по выходным дням или сверхурочно.
11. Для обеспечения контроля за выполнением планов и дисциплины исполнения требую, чтобы подчинённые информировали меня о проделанной ими работе.
12. Допускаю, чтобы подчинённые устанавливали свой собственный темп, режим и порядок выполнения работы, если это не отражается отрицательно на конечных результатах.
13. Осуществляю руководство, консультируюсь и советуясь в разумной мере с подчинёнными.
14. Стараюсь поддерживать в коллективе определённый деловой этикет, стиль отношений и поведения. Слежу, чтобы подчинённые придерживались их.
15. Планирую служебный рост подчинённых так, чтобы люди знали перспективы своего продвижения и условия, требуемые для этого.
16. Считаю, что лучшие результаты в производстве и управлении (качество, надёжность, точность и т. д.) достигаются, когда человек или коллектив работает в условиях принудительного режима (по типу конвейерного), задаваемого извне машинами, технологией или общей организацией трудового процесса.
17. В работе коллектива, которым я руковожу, бывают сбои, авралы.
18. Информировую коллектив о событиях, происходящих в нём, и общем положении дел в системе управления.
19. Слежу за своим внешним видом, одеждой, поддерживаю порядок в кабинете, манеры поведения на должном уровне!
20. Оплата и стимулирование труда в коллективе осуществляются в соответствии с реальным вкладом каждого в общий результат.
21. Как руководитель провожу в жизнь долгосрочную кадровую политику (придерживаюсь на практике определённых, известных коллективу принципов найма, продвижения, увольнения работников).
22. Анализируя работу своих подчинённых, прихожу к выводу, что они недостаточно знающие и умелые работники, у них не хватает инициативы, деловитости и других необходимых качеств.
23. В руководстве использую личный положительный пример как средство по-

- влиять на подчинённых и создать благоприятный социально-психологический климат в коллективе.
24. В коллективе, которым я руковожу, бывают конфликты.
 25. Создаю условия, при которых подчинённые имеют благоприятные возможности выражать своё мнение и оказывать практическое влияние на управленческий процесс.
 26. В руководстве использую делегирование полномочий (оставляю за собой решение лишь наиболее важных вопросов).
 27. Читаю книги и другие публикации о том, как работать с людьми в процессе руководства.
 28. Как руководитель придерживаюсь на практике известных мне теоретических и прикладных рекомендаций по работе с людьми.
 29. Считаю, что в повышении отдачи от людей в сфере управления ведущую роль должны играть организационно-технические факторы (технические средства, приказы, регламенты, инструкции и т. п.), а на втором плане должны находиться социально-психологические (доверие, морально-психологический климат, сознательность и др.).
 30. Производственные результаты коллектива, которым я руковожу, бывают высокими.
 31. Как руководитель создаю условия для обеспечения физического здоровья подчинённых на работе и в быту, побуждаю их укреплять своё здоровье.
 32. Для обеспечения высоких производственных результатов создаю в коллективе условия для проявления творчества, новаторства, инициативы.
 33. Требую от подчинённых точных обоснований при формировании производственных планов и мероприятий по совершенствованию производства и управления.
 34. Ради производственной необходимости приходится отодвигать на второй план решение таких вопросов развития коллектива, как анализ и улучшение социально-психологического климата, поддержание общего порядка в организации труда и т. п.
 35. Прилагаю усилия, чтобы добиваться от подчинённых обеспечения высокой трудовой дисциплины и выполнения принятого распорядка дня.
 36. Работа коллектива осуществляется на основе чёткого баланса прав, обязанностей, функций, ответственности и их справедливого распределения между подразделениями и членами коллектива.
 37. Для достижения высоких производственных результатов в коллективе осуществляется профессиональная учёба и поощряется самостоятельная работа по повышению квалификации.
 38. Большое внимание как руководитель уделяю контролю действий подчинённых, поддержанию высокого темпа и качества их работы.
 39. Стиль руководства, которого я придерживаюсь, оказывает положительное влияние на поведение членов коллектива, их отношение к работе и общий социально-психологический климат.
 40. Стиль руководства, которого я придерживаюсь, оказывает положительное влияние на производственные результаты коллектива.

Анализ результатов теста

1. В вашем опросном листе должны быть представлены в квадратах ответы на все 40 вопросов.

2. Обведите кружком порядковые номера следующих позиций вашего опросного листа; 7, 10, 16, 17, 22, 24, 29, 34.

3. Поставьте единицу (1) рядом с теми обведёнными порядковыми номерами, на которые вы ответили «редко» – Р или «никогда» – Н.

4. Также поставьте 1 рядом с теми не обведёнными порядковыми номерами, на которые вы ответили «систематически» – С или «часто» – Ч.

5. Теперь обведите кружком уже не порядковые номера, а те единицы, которые вы проставили рядом со следующими порядковыми номерами опросного листа: 1, 3, 7, 8, 9, 12, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 31, 39

6. Подсчитайте количество обведённых единиц и запишите в таблицу: Л = __.

7. Подсчитайте количество обведённых единиц и также запишите в таблицу: П = __.

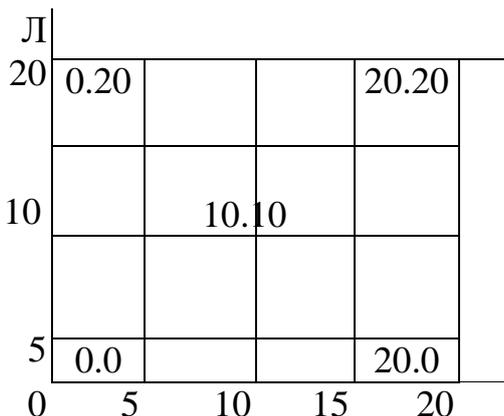
Количественные результаты оценки:

Л	П	Сд %	Сп %
---	---	---------	---------

8. Нанесите полученные значения Л и П на соответствующие оси графика; проведите из этих точек перпендикуляры к осям и найдите точку пересечения этих перпендикуляров между собой на графике.

9. Вычислите затем значения: $Сл = Л \cdot 5 = \underline{\hspace{2cm}}$; $Сп = П \cdot -5 = \underline{\hspace{2cm}}$ в таблицу. Также внесите значения Сл и Сп

Графическая интерпретация результатов оценки:



Значение Л отражает количественно вашу ориентированность в процессе руководства на формирование и поддержание благоприятного социально-психологического климата в коллективе.

Значение П отражает количественно вашу ориентированность на достижение производственных целей, опору на формальную организацию и власть руководителя.

Та или иная точка пересечения перпендикуляров, проведённых на графике от полученных вами значений Л и П, указывает на конкретное значение количественной оценки стиля вашего руководства. Эта оценка лежит в пределах следующих четырёх крайних стилей, ближе к какому-либо из них.

Стиль 0.0. При этом стиле руководитель проявляет очень мало заботы как о достижении целей собственного производства, так и о создании благоприятного социально-психологического климата в коллективе. Фактически руководитель устранился от работы, пустил всё на самотёк и проводит время, передавая информацию от своих руководителей подчинённым и наоборот.

Стиль 20.20. Это идеальный стиль руководства. У руководителя с таким стилем в разной и притом максимальной степени проявляется ориентированность на достижение высоких производственных результатов и на заботу о создании благоприятного социально-психологического климата в коллективе. Такой стиль, как правило, позволяет добиваться успешного решения производственных задач в сочетании с условиями для наиболее полного раскрытия творческих способностей членов коллектива.

Стиль 20,9. Данный тип стиля присущ чаще всего руководителям-автократам, которые заботятся только о работе, о выполнении производственно-хозяйственных задач, игнорируя человеческий фактор, личность работника, мнение коллектива. Нередко такой руководитель превращается в погонялу и действует по принципу «давай-давай». Со временем такой стиль руководства перестаёт приносить успех и в достижении производственных целей.

Стиль 0,20. При таком стиле руководитель очень мало заботится о производстве. Всё внимание руководителя направлено на поддержание и сохранение хороших, приятельских отношений с подчинёнными. Создаётся социально-психологический климат, действующий на коллектив расслабляюще. Решение производственно-хозяйственных задач отодвигается на второй план. В конечном счёте игнорирование производственного фактора приводит к подрыву изнутри сложившегося уютного социально-психологического климата, а затем и к утрате руководителем авторитета лидера.

Стиль 10.10. Присущ руководителям, которые проявляют в равной мере ограниченную заботу как о достижении высоких производственных результатов, так и о нуждах и потребностях человеческого характера, имеющих у работников. Они добиваются некоторых средних результатов по обеим составляющим стиля руководства. Средних, но не выдающихся.

Если Л и П отражают ориентированность вашего стиля по соответствующим составляющим в абсолютных единицах, то относительные значения представлены величинами Сл и Сп. Они показывают, какой процент от идеала в терминах ориентации на людей и производство представляет собой ваш стиль руководства коллективом. В идеальном случае (стиль 20.20) каждая из них равна 100%).

Оцените ваши фактические значения. Сколько вам не хватает до идеала? По каким составляющим стиля руководства вам следует совершенствоваться?

Признаки:

- Работает, следуя правилам / минимальная продуктивность / быстро отступает.
- Избегает обязательств и ответственности.
- Даёт немного советов и полезных указаний.
- Нетворческая личность / не оригинален / узок.
- Стесняет и ограничивает других / многое усложняет.
- Сопrotивляется переменам/не сотрудничает.
- Почти не интересуется ошибками, обычно не пытается их исправлять.

3.9. Изучение стиля поведения в конфликте (Методика Кеннета Томаса – Ральфа Килманна в адаптации Н. В. Гришиной)

***Инструкция.** Уважаемый коллега! Перед вами ряд утверждений, которые помогут определить некоторые особенности вашего поведения. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать своё мнение. Имеются два варианта, А и Б, из которых вы должны выбрать один, в большей степени соответствующий вашим взглядам, вашему мнению о себе. В бланке для ответов поставьте любой знак соответственно одному из вариантов (А или Б) для каждого утверждения. Отвечать надо как можно быстрее.*

Тест

1. а) иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.
б) Вместо того чтобы обсуждать то, в чём мы оба расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, в чём мы оба согласны.
2. а) Я стараюсь найти компромиссное решение.
б) Я пытаюсь уладить всё с учётом всех интересов другого человека и моих собственных.
3. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
б) Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
4. а) Я стараюсь найти компромиссное решение.
б) Я стараюсь не задеть чувств другого человека.
5. а) Улаживая спорную ситуацию, я всё время пытаюсь найти поддержку у другого.
б) Я стараюсь делать всё, чтобы избежать бесполезной напряжённости.
6. а) Я пытаюсь избежать неприятности для себя.
б) Я стараюсь добиться своего.
7. а) Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, с тем чтобы со временем решить его окончательно.
б) Я считаю возможным в чём-то уступить, чтобы добиться другого.

8. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
б) Я первым делом стремлюсь определить то, в чём состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
9. а) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникших разногласий.
б) Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.
10. а) Я твёрдо стремлюсь добиться своего.
б) Я пытаюсь найти компромиссное решение.
11. а) Первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чём состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
б) Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.
12. а) Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.
б) Я даю возможность другому в чём-то остаться при своем мнении, если он тоже идёт навстречу.
13. а) Я предлагаю среднюю позицию.
б) Я настаиваю, чтобы всё было сделано по-моему.
14. а) Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.
б) Я пытаюсь показать другому логику и преимущество моих взглядов.
15. а) Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.
б) Я стараюсь сделать всё необходимое, чтобы избежать напряжения.
16. а) Я стараюсь не задеть чувств другого.
б) Я обычно пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.
17. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
б) Я стараюсь сделать всё, чтобы избежать бесполезной напряжённости.
18. а) Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своём.
б) Я дам другому возможность остаться при своём мнении, если он идет мне навстречу.
19. а) Первым делом я пытаюсь определить то, в чём состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.
б) Я стараюсь отложить спорные вопросы, с тем чтобы со временем решить их окончательно.
20. а) Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.
б) Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.
21. а) Веду переговоры, стараюсь быть внимательным к другому.
б) Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.
22. а) Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей и позицией другого человека.
б) Я отстаиваю свою позицию.
23. а) Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.
б) Иногда предоставляю другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24. а) Если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь идти ему навстречу.
 б) Я стараюсь убедить другого пойти на компромисс.
25. а) Я пытаюсь убедить другого в своей правоте.
 б) Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к аргументам другого.
26. а) Я обычно предлагаю среднюю позицию.
 б) Я почти всегда стремлюсь удовлетворить интересы каждого из нас.
27. а) Зачастую стремлюсь избежать споров.
 б) Если это сделает человека счастливым, я дам ему возможность настаивать на своём.
28. а) Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.
 б) Улаживая ситуацию, я обычно стремлюсь найти поддержку у другого.
29. а) Я предлагаю среднюю позицию.
 б) Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих разногласий.
30. а) Я стараюсь не задеть чувств другого.
 б) Я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы мы совместно могли добиться успеха.

Ключ

	Соперничество	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5		А		Б	
6	Б				А
7			Б	А	
8	А	Б			
9	Б			А	
10	А		Б		
11		А			Б
12			Б	А	
13	Б		А		
14	Б	А			
15				Б	А
16	Б				А
17	А			Б	
18			Б		А
19		А		Б	
20		А	Б		

21		Б		А	
22	Б		А		
23		А		Б	
24			Б		А
25	А				Б
26		Б	А		
27				А	Б
28	А	Б			
29			А	Б	
30		Б			А

Интерпретация теста

К. Томас выделил 5 способов решения конфликтной ситуации:

1. **Соперничество** – стремление добиться своих интересов в ущерб другому: «Пойду по трупам, но добьюсь своего!»

2. **Приспособление** – принесение в жертву собственных интересов ради другого: «Ради тебя пойду на уступки!»

3. **Компромисс** – соглашение на основе взаимных уступок; предложение варианта, снимающего возникшее противоречие.

4. **Избегание** – отсутствие стремления к кооперации и отсутствие тенденции к достижению собственных целей: «Без твоей помощи не получится – клянчить не буду, проживу как-нибудь».

5. **Сотрудничество** – участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон: «Давай сядем, поговорим, чтобы по максимуму досталось и тебе, и мне».

«**Соперник**» почти всегда и во всём непреклонен. Зачастую за «Соперником» скрываются лидерские качества. Скорее всего, этот человек будет настаивать на собственной точке зрения. Он будет настойчиво стремиться добиться своего и настаивать на собственном понимании. Обычно показывает другим логику и преимущество своих взглядов.

Сотрудничество – это наиболее учитывающий интересы обеих сторон стиль. Такие люди, вместо того чтобы обсуждать, в чём расходятся стороны, обращают внимание на то, что есть общего, с чем оба согласны, – наилучшее сочетание выгод для всех. Первым делом они определяют, в чём состоят все затронутые интересы и спорные вопросы, а затем делают всё возможное, чтобы эти интересы учитывались с обеих сторон.

Компромисс – одна из самых популярных форм стиля поведения в конфликтной ситуации. Почти не уступая своих позиций, но в то же время находя общие точки соприкосновения с оппонентом, человек, владеющий стилем поведения «компромисс», вполне способен находить конструктивные решения поставленных задач. Такие люди дают возможность другому остаться в чём-то при своем мнении, если им также идут навстречу.

Стиль избегания. Такие люди стараются делать всё, чтобы избежать ненужной, на их взгляд, напряжённости. Стремятся избегать споров, пытаются сделать их наиболее конструктивными. Иногда они предпочитают дать другим возможность решить спорный вопрос.

Ведущий стиль поведения в конфликтной ситуации – **приспособление**. Это значит, что человек не любит конфликтов, поэтому, чтобы избежать излишней напряжённости, подстраивается под ситуацию. Его собственное мнение спрятано где-то глубоко, и никто не знает, какое оно. Обычно в споре такие люди занимают нейтральную позицию. Стараются успокоить другого, главным образом, сохранить отношения и избежать неприятности для себя.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Абабков, В. А. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии [Текст] / В. А. Абабков, М. Пере. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.
2. Андреева, Л. Д. Психолого-педагогическое сопровождение молодого учителя в управленческой культуре [Текст] / Л. Д. Андреева // Успехи современного естествознания. – 2011. – № 1. – С. 170-172.
3. Вершловский, С. Г. Особенности профессионального становления молодого учителя [Текст] / С. Г. Вершловский, Н. П. Литвинова, Т. М. Симонова // Советская Педагогика. – 1984. – №4. – С. 76-84.
4. Виноградова, А. П. Исследование профессиональных затруднений учителей в построении образовательного процесса в основной школе [Электронный ресурс] / А. П. Виноградова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – URL: www.science-education.ru/127-20976 (дата обращения: 06.11.2017).
5. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика [Текст] / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2005. – 336 с.
6. Володина, Т. В. Психологические факторы жизнестойкости педагога [Текст] / Т. В. Володина, Н. В. Калинина // Известия Самарского научного центра Российской Академии наук. – Самара. – 2009. – № 4(2). – Т.11. – С. 398-403.
7. Дмитриева, М. А. Уровни и критерии профессионализма: проблемы формирования современного профессионала [Текст] / М. А. Дмитриева, С. А. Дружилов // Сибирь. Философия. Образование. – Альманах СО РАО. – Новокузнецк: Изд-во ИПК, 2000. – Вып. 4. – С. 18-30.
8. Дружилов, С. А. Становление профессионализма как процесс формирования концептуальной модели профессиональной деятельности [Текст] / С. А. Дружилов // Журнал прикладной психологии. – М.: ИД «ЭКО». – 2004. – № 6. – С. 40-45.
9. Калинина, Н. В. Развитие профессиональной рефлексии учителя: трудности и условия [Текст] / Н. В. Калинина // Сб. научных трудов «Проблемы и перспективы развития профессиональной рефлексии педагогов и психологов образовательных учреждений». – Ульяновск, УИПКПРО, 2007. – С. 17-20.

10. Ковалёва, Т. М. Профессия «тьютор» [Текст] / Т. М. Ковалёва, Е. И. Кобыща. – М. Тверь: «СФК-офис». – 246 с.
11. Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости [Текст] / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
12. Митина, Л. М. Психология профессионального развития учителя. [Текст] / Л. М. Митина. – М., Флинта, 1998. – 200 с.
13. Новое поколение профессионалов: современный формат педагогической деятельности [Текст]: Сборник материалов научно-практической конференции / под ред. С. В. Данилова, Л. П. Шустовой, З. В. Глебовой. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. – 321 с.
14. Пидкасистый, П. И. Психолого-дидактический справочник преподавателя высшей школы [Текст] / П. И. Пидкасистый, Л. М. Фридман, М. Г. Гарунов. – М.: 1999. – 354 с.
15. Профконсультационная работа со старшеклассниками [Текст] / Под ред. Федоришина Б.А. – Киев: Радиньска школа. 1980. – 158 с.
16. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика [Текст] / Д. Я. Райгородский. – Самара: «БАХРАХ-М», 2001. – 672 с.
17. Чурекова, Т. М. Профессиональная адаптация выпускников университета к деятельности учителя средней общеобразовательной школы [Текст]: Дис. ... канд. пед. наук / Т. М. Чурекова. – Кемерово, 1989. – 208 с.
18. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М., 2002. – С. 98-102.
19. Щербаков, А. В. Роль института повышения квалификации в успешной профессиональной адаптации молодых педагогов / А. В. Щербаков // Педагогическое образование и наука. – 2010. – № 1. – С. 72-75.
20. Щербаков, А. И. Современные методы оценки знаний и интеллекта [Текст]: уч. пособие для преподавателей – слушателей ФПК / А. И. Щербаков. – Краснодар, 1997. – 156 с.
21. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика детей [Текст] / Ред.-сост. Д. Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2008. – 624 с.

Подписано в печать 05.10.2018
Усл. печ. л. 5,4

Тираж 100 экз.

Формат 60x84/16
Заказ № 587

**Отпечатано на участке оперативной полиграфии
при ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»,
432071, г. Ульяновск, пл. Ленина, д. 4/5**