

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
К ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ
ПО ПСИХОЛОГИИ**

Казань - 1988

КАЗАНСКИЙ ОРДЕНА ЛЕНИНА И ОРДЕНА ТРУДОВОГО
КРАСНОГО ЗНАМЕНИ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени В.И.УЛЬЯНОВА-ЛЕНИНА

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
К ЛАБОРАТОРНЫМ ЗАНЯТИЯМ
ПО ПСИХОЛОГИИ

КАЗАНЬ - 1988

Печатается по решению секции
Научно-методического совета
Казанского университета

В В Е Д Е Н И Е

Методические указания, составленные доцентом Н.М.Пейсаховым и ст.преподавателем Г.Ш.Габдреевой, являются раздаточным материалом в аудиториях, лишенных технических средств обучения.

Знакомство с методиками предполагает решение двух задач.

Во-первых, студенты, аспиранты и слушатели ФПК получают возможность дополнить свои теоретические знания о личности конкретным содержанием каждого свойства. Эти сведения необходимы специалисту любого профиля для профессиональной деятельности и при подготовке к ней. Знания индивидуальных особенностей людей совершенно необходимы для управления процессом воспитания профессионала.

Во-вторых, знакомство с методиками, представленными в указаниях, даёт сведения, необходимые каждому человеку для самовоспитания и развития профессионально важных качеств личности. Это становится возможным, если имеются ясные представления о своих достоинствах и недостатках, сложился образ "Я". Такой образ складывается в результате интеграции знаний, полученных путём самонаблюдения и за счёт мнения других людей. Анкета дополняет эти два источника информации конкретными ситуациями, требующими анализа и "примерки к себе".

Для самовоспитания особое значение приобретают случаи расхождения между полученными при анкетировании результатами и сложившимся представлением о себе. Разобраться в причинах этого расхождения поможет качественный анализ, в ходе которого нужно проверить, как Вы отвечали на отдельные утверждения анкеты, согласуются ли они между собой и представлениями о себе.

Соответствие результатов анкетирования собственным наблюдениям в значительной степени зависит от продуманности ответов, откровенности перед самим собой. Поэтому работайте не спеша и не старайтесь выглядеть лучше, чем Вы есть на самом деле. В этих методических указаниях имеются: инструкция, сам текст, указания по обработке (ключ), диагностическая шкала для оценки полученного результата, краткое объяснение данных. Выраженность свойств личности определяют сравнением результатов анкетирования с оценочной шкалой.

Представленные методики разработаны в лаборатории психологических проблем высшей школы Казанского университета.

І. Э Н

Инструкция

Анкета позволяет узнать об особенностях эмоциональной сферы, способности управлять своими переживаниями.

Нужно дать ответы на 30 утверждений. Если утверждение соответствует имеющемуся опыту или часто повторяющимся состояниям, то напишите "Да". В противном случае напишите "Нет". Если Вы затрудняетесь с ответом, напишите "Не знаю". Работайте спокойно, не пропускайте ничего, представляйте себе типичные ситуации.

Образец для заполнения

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

А н к е т а

1. Мне с трудом удается сосредоточить внимание на лекции.
2. Отступление преподавателя от основной темы занятий сильно отвлекает меня.
3. Меня постоянно тревожат мысли о предстоящем зачете, коллоквиуме или экзамене.
4. Порой мне кажется, что мои знания по тому или иному предмету ничтожны.
5. Отчаявшись выполнить какое-либо задание, я обычно "опускаю руки".
6. Я не успеваю усваивать учебный материал и это вызывает чувство неуверенности в себе.
7. Я болезненно реагирую на критические замечания преподавателя.

8. Неожиданный вопрос преподавателя приводит меня в замешательство.

9. Меня сильно беспокоит положение в группе.

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

11. Я с трудом сосредотачиваюсь на каком-либо задании или работе и это раздражает меня.

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

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

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

15. Возможные неудачи на сессии очень тревожат меня.

16. Во время выступления или ответа на экзаменах я от волнения начинаю заикаться.

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

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

19. "Микроклимат" в группе очень влияет на мое настроение.

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

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

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

23. Невыполненные задания или неудачи на контрольных работах не волнуют меня.

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

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

26. Мне не требуется времени на обдумывание дополнительного вопроса.

27. Насмешки сокурсников не портят мне настроения.

28. Я спокойно сплю во время сессии и во сне меня не преследуют экзаменационные мотивы.

29. В коллективе я чувствую себя легко и непринужденно.

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

Обработка

1. Подсчитайте сколько ответов "Да" имеется в первых двух колонках.

2. Подсчитайте сколько ответов "Нет" в последней колонке.

3. Подсчитайте количество ответов "Не знаю" по всей анкете. От них в общий результат берется только половина.

4. Сложите все три числа, а полученную сумму сравните со шкалой для оценки.

2. С О

Инструкция

Каждый человек имеет определенные представления об ИДЕАЛЕ - наиболее ценных для общества и для него свойствах личности. На эти качества люди ориентируются в процессе самовоспитания. У разных людей эти представления не одинаковы, а поэтому не совпадают результаты самовоспитания. Какие же представления об идеале имеются у Вас? Какие качества личности имеют для Вас наибольшую ценность? Разобраться в этом Вам поможет следующее задание, которое состоит из двух частей.

Часть I

1. Разделите лист бумаги на четыре равные части. Обозначьте каждую часть римскими цифрами I, II, III, IV.

2. В четырех наборах слов, представленных на следующей странице, приводятся положительные качества людей. Вы должны в каждом наборе качеств выделить те, которые более значимы для Вас лично, которым Вы отдаёте предпочтение перед другими, которые для Вас наиболее ценны. Какие это качества и сколько их - каждый решает сам.

3. Внимательно прочитайте слова ПЕРВОГО набора качеств. Выпишите в столбик наиболее ценные для Вас качества вместе с их номерами, стоящими слева. Теперь приступайте ко ВТОРОМУ набору качеств и так до самого конца. В итоге должно получиться четыре набора ИДЕАЛЬНЫХ качеств.

Часть II

I

1. Вежливость
2. Заботливость
3. Искренность
4. Коллективизм
5. Отзывчивость
6. Радужие
7. Сочувствие
8. Тактичность
9. Терпимость
10. Чуткость

11. Доброжелательность
12. Приветливость
13. Обаятельность
14. Общительность
15. Обязательность
16. Ответственность
17. Откровенность
18. Справедливость
19. Совместимость
20. Требовательность

II

1. Активность
2. Гордость
3. Добродушие
4. Порядочность
5. Смелость
6. Твердость
7. Уверенность
8. Честность
9. Энергичность
10. Энтузиазм

11. Добросовестность
12. Инициативность
13. Интеллигентность
14. Настойчивость
15. Решительность
16. Принципиальность
17. Самокритичность
18. Самостоятельность
19. Уравновешенность
20. Целеустремленность

III

1. Вдумчивость
2. Деловитость
3. Мастерство
4. Понятливость
5. Скорость
6. Собранность
7. Точность
8. Трудолюбие
9. Увлеченность
10. Усидчивость

11. Аккуратность
12. Внимательность
13. Дальновидность
14. Дисциплинированность
15. Исполнительность
16. Любознательность
17. Находчивость
18. Последовательность
19. Работоспособность
20. Скрупулезность

IV

1. Водрость
2. Бесстрашие
3. Веселость
4. Душевность
5. Милосердие
6. Нежность
7. Свободолюбие
8. Сердечность
9. Страстность
10. Стыдливость

11. Взаволнованность
12. Восторженность
13. Жалостливость
14. Жизнерадостность
15. Любвеобильность
16. Оптимистичность
17. Сдержанность
18. Удовлетворенность
19. Хладнокровность
20. Чувствительность

Часть II

I. Внимательно рассмотрите качества личности, выписанные Вами из первого набора, и найдите среди них такие, которыми Вы обладаете РЕАЛЬНО. Обведите цифры при них кружком. Теперь переходите ко второму набору качеств, а затем к третьему и четвёртому.

Обработка

1. Подсчитайте, сколько Вы нашли у себя РЕАЛЬНЫХ качеств.
2. Подсчитайте количество ИДЕАЛЬНЫХ качеств, выписанных Вами, а затем вычислите их процентное отношение. Результаты сопоставьте с оценочной шкалой.

3. СПОСОБНОСТЬ СУ

Инструкция

Предлагаемая анкета даёт возможность узнать о способности владеть собой в различных ситуациях. В анкете две группы утверждений:

I. Утверждения, требующие обращения к опыту. Например:
5. Постоянно пытаюсь найти ответ на вопрос: "Что такое хорошо и что такое плохо".

Если Вы действительно часто оцениваете свои действия и поступки, стараетесь найти ответ на поставленный вопрос, то смело отвечайте "Да". Если Вы это делаете редко, то отвечайте "Нет".

II. Утверждения, характеризующие Ваши отношения к общепринятому мнению. Например: 28. "Удача сопутствует тому, кто не планирует заранее, а полагается на естественный ход событий".

Если Вы согласны с таким мнением, то отвечайте "Да", а если не согласны, то отвечайте "Нет".

Образец для заполнения

1	17	33
2	18	34
3	19	35
4	20	36

5	21	37
6	22	38
7	23	39
8	24	40
9	25	41
10	26	42
11	27	43
12	28	44
13	29	45
14	30	46
15	31	47
16	32	48

Анкета

1. Практика показывает, что я верно определяю свои возможности в любой деятельности.
2. Я предусмотрительный человек.
3. Берусь только за то, что смогу довести до конца.
4. Обычно хорошо представляю, что нужно сделать, чтобы добиться задуманного.
5. Постоянно пытаюсь найти ответ на вопрос "Что такое хорошо и что такое плохо".
6. Прежде чем сделать окончательный шаг, я взвешиваю все "за" и "против".
7. Всегда отдаю себе отчёт в том, что со мной происходит.
8. Непредвиденные препятствия не мешают мне довести дело до конца.
9. У меня не хватает терпения долго разбираться в том, что не решается сразу.
10. В своих делах и поступках не люблю заглядывать далеко вперёд.
11. Редко задумываюсь о главных целях своей жизни.
12. Отсутствие продуманных планов не мешает мне добиваться хороших результатов.
13. Часто затрудняюсь сказать, того ли я достиг, что хотел.
14. На выбор моих решений влияют не поставленные цели, а настроение в данный момент.
15. Мне часто кажется, что целый час или два исчезли неиз-

вестно куда.

16. Тот, кто считает необходимым исправлять все допущенные промахи, не замечает, как совершает новые.

17. Когда нужно разобраться в сложной обстановке, чувствую прилив энергии и сил.

18. Я чётко представляю свои жизненные перспективы.

19. Умею отказываться от всего, что отвлекает меня от цели.

20. В своих словах и поступках следую пословице: "семь раз отмерь, один - отрежь".

21. Уделяю много времени тому, чтобы понять с каких позиций надо оценивать свои действия.

22. В своих действиях я успешно сочетаю риск с осмотрительностью.

23. Необходимость проверять самого себя стала моей второй натурой.

24. Когда у меня портятся отношения с людьми, могу их изменить.

25. Как правило, мне бывает трудно выделить главное в сложившейся ситуации.

26. Жизнь показывает, что мои прогнозы редко сбываются.

27. Люди, которые всегда чётко знают, чего они хотят, представляются мне слишком рациональными.

28. Удача сопутствует тому, кто не планирует заранее, а полагается на естественный ход событий.

29. Мне не хватает чувства меры в отношениях с близкими.

30. Меня угнетает необходимость принимать срочные решения.

31. Обычно мало слежу за своей речью.

32. Некоторые свои привычки я охотно бы изменил, если бы знал, как это сделать.

33. Что я хочу и что должен делать - вот предмет моих постоянных раздумий.

34. Заранее знаю, каких поступков можно ожидать от людей.

35. Обычно с самого начала чётко представляю будущий результат.

36. Пока не сложился в голове конкретный план, не начинаю серьёзного разговора.

37. У меня всегда есть точные ориентиры, по которым я оцениваю свой труд.

38. Я всегда учитываю последствия принимаемых мною решений.

39. Внимательно слежу за тем, понимают ли меня во время споров.

40. Я готов снова и снова заниматься совершенствованием уже законченной работы.

41. Сколько ни анализирую свои жизненные трудности, не могу достичь полной ясности.

42. Жизнь так сложна, что считаю пустой тратой времени предвосхищать ход событий.

43. Следование однажды поставленной цели очень обедняет жизнь.

44. Считаю, что планирую, не планирую, а обстоятельства всегда сильнее.

45. В последнее время ловлю себя на том, что придаю большое значение мелочам, забывая о главном.

46. Мне обычно не удаётся найти правильное решение из-за большого количества возможных вариантов.

47. В ссорах не замечаю, как "выхожу из себя".

48. Сделав дело, предпочитаю не исправлять даже явные просчёты.

4. Стиль СУ

Инструкция

Предлагаемая анкета позволит Вам лучше понять себя, уточнить имеющиеся представления об особенностях своего общения с другими, своего поведения, деятельности и переживаний.

Внимательно прочитайте все три варианта ответов на первое утверждение анкеты и сопоставьте их между собой.

Сначала выберите тот, который БОЛЬШЕ ВСЕГО соответствует Вашему опыту, ЛУЧШЕ ВСЕГО отражает Ваше мнение, которому Вы отдаёте предпочтение. В виде цифры (1, 2 или 3) запишите его под индексом "Больше всего".

Затем выберите ответ, который МЕНЬШЕ ВСЕГО характеризует Вас. Запишите его под индексом "Меньше всего".

Теперь переходите к следующему утверждению. Дайте ответы на все 30 утверждений анкеты. Будьте внимательны. Представ-

ляйте себе типичные ситуации.

Образец протокола

	больше всего	меньше всего	больше всего	меньше всего
I			I6	
2			I7	
3			I8	
4			I9	
5			20	
6			2I	
7			22	
8			23	
9			24	
IO			25	
II			26	
I2			27	
I3			28	
I4			29	
I5			30	

А н к е т а

- I. ЖЕСТКИЕ ТРЕБОВАНИЯ ПОРЯДКА СО СТОРОНЫ УЧИТЕЛЕЙ ШКОЛЫ:
 - I. Были необходимыми для пользы общего дела.
 2. Часто были несправедливыми и обижали.
 3. Подавляли самостоятельность учеников.
2. В МОЕЙ ЖИЗНИ ОБЫЧНО ВСЁ ЗАВИСЕЛО:
 - I. От стечения случайных обстоятельств.
 2. От других людей.
 3. От меня самого.
3. ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ В ШКОЛЕ Я ВЫПОЛНЯЛ:
 - I. Когда чувствовал, что могут проверить.
 2. Если оно было интересным.
 3. Без всякого контроля извне.
4. ЕСЛИ БЫ НУЖНО БЫЛО ВЫБИРАТЬ, Я БЫ ПРЕДПОЧЁЛ:
 - I. Быть подчинённым.

2. Быть руководителем.
 3. Ни руководить, ни подчиняться — свобода дороже всего.
5. КОГДА РЕБЁНКА ЧАСТО НАКАЗЫВАЮТ ЗА ШАЛОСТЬ, ЭТО:
- I. Не воспитывает инициативу и полезные привычки.
 2. Заставляет его исправляться и вести себя как требуется.
 3. Вызывает протест и желание делать всё наперекор.
6. МОИ МЫСЛИ ЧАЩЕ ВСЕГО:
- I. Изменяются в желательном для меня направлении.
 2. Разбегаются, как только я даю им свободу.
 3. Связаны с тем, что говорят вокруг.
7. ЛЮДЯМ БОЛЬШЕ ВСЕГО СВОЙСТВЕННО:
- I. Соблюдать установленные правила и нормы.
 2. Заниматься собственными проблемами и переживаниями.
 3. Стремиться к самостоятельности и проявлять инициативу.
8. В ДЕТСТВЕ МОИ РОДИТЕЛИ:
- I. Давали мне полную свободу, и я делал всё, что хотел.
 2. Стремилась развивать во мне самостоятельность.
 3. Были ко мне слишком строги и требовательны.
9. ВЫПОЛНЯЯ КАКУЮ-ЛИБО РАБОТУ Я БОЛЬШЕ ВСЕГО ОЗАБОЧЕН ТЕМ:
- I. Как её лучше сделать.
 2. Сколько она займёт времени.
 3. Чтобы сделать её к заданному сроку.
- IO. В БЕСЕДАХ С ЛЮДЬМИ:
- I. Пытаюсь опередить мысли собеседника, вставить реплику.
 2. Стараюсь уловить суть, уточняю подробности.
 3. Слушаю молча, хотя и мне есть что сказать.
- II. НАИБОЛЬШИХ УСПЕХОВ В ЖИЗНИ ДОСТИГАЮТ ЛЮДИ:
- I. Умеющие вести себя вполне независимо.
 2. Подчиняющие свои желания интересам общего дела.
 3. Чья воля направлена на достижение главной цели жизни.
- I2. УБЕЖДЁН, ЧТО ДУШЕВНАЯ ОТЗЫВЧИВОСТЬ:
- I. Должна сочетаться с рассудком.
 2. Воспитывается с детства.
 3. Качество, которого лишены многие мои друзья.

13. СЧИТАЮ, ЧТО СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ РАЗРЕШАЮТСЯ:

1. При желании и умении понять друг друга.
2. Сами по себе, если никто в них не вмешивается.
3. С помощью родных.

14. ВСЁ, ЧТО МОЖЕТ ПРОИЗОЙТИ СО МНОЙ В БУДУЩЕМ:

1. Предвижу вполне ясно.
2. Представляю довольно туманно.
3. Полностью зависит от того, с кем придётся жить и работать.

15. УМЕНИЕ СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ:

1. Зависит от поставленной мне задачи,
2. Даётся мне с трудом: внимание всё время ускользает из-под контроля.
3. Навык, который я вырабатываю путём упражнений.

16. ОТНОШЕНИЯ С ЛЮДЬМИ У МЕНЯ:

1. Всегда складываются неблагоприятным образом.
2. Хорошие, так как я не иду против мнения большинства.
3. Зависят от многих обстоятельств, в которых я умею ориентироваться.

17. Я НЕ СПОСОБЕН:

1. Противиться приказаниям, которые получаю.
2. Сопротивляться своим желаниям и чувствам.
3. Поступать необдуманно.

18. ПОСЛЕ ССОРЫ С ДРУЗЬЯМИ:

1. Долго переживаю, никак не могу "отключиться".
2. Быстро забываю о ней.
3. Успокаиваюсь в ходе анализа случившегося.

19. ХОТЕЛ БЫ РАБОТАТЬ С РУКОВОДИТЕЛЕМ, КОТОРЫЙ:

1. Всё объяснял и требовал точного исполнения указаний.
2. Создавал условия для творчества и развития самостоятельности.
3. Не вмешивался в наши дела и заботы.

20. СЧИТАЮ, ЧТО РИСКОВАТЬ МОЖНО:

1. Всегда, как только представляется возможность.
2. Когда есть достойная цель, ради которой стоит рискнуть.

21. КОГДА ПРИХОДИТСЯ ДЕЛАТЬ ЧТО-ЛИБО ВПЕРВЫЕ:

1. Пытаюсь осмыслить ситуацию и составить план действий.
2. Нахожу решение путём неоднократных проб.
3. Обращаюсь за указаниями.

22. БОЛЬШЕ ВСЕГО МНЕ НЕ НРАВЯТСЯ ЛЮДИ:

1. Живущие без перспективы, "просто так".
2. Планирующие каждый свой шаг.
3. Забывающие о своих обязанностях.

23. ПРИЧИНУ СВОИХ ЖИЗНЕННЫХ НЕУДАЧ ВИЖУ:

1. В предвзятом отношении ко мне.
2. В том, что родители и учителя мало меня контролировали.
3. В своей неорганизованности.

24. О МОИХ ЧУВСТВАХ МОЖНО СКАЗАТЬ:

1. Я хорошо управляю ими.
2. У меня нередко бывают "эмоциональные бури".
3. Сильно переживаю обиды и неуместные шутки друзей.

25. ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ ПРЕЖДЕ ВСЕГО ОПРЕДЕЛЯЮТСЯ:

1. Отношением самого человека к другим людям.
2. Служебным положением.
3. Случайными обстоятельствами, учесть которые невозможно.

26. НАЕДИНЕ С СОБОЙ ВСЁ ЧАЩЕ ДУМАЮ О ТОМ:

1. Для чего и как живу.
2. Что нужно сделать, чтобы добиться уважения.
3. Кто или что мешает жить как хочется.

27. ЛЮБУЮ ЗАДАЧУ МОЖНО РЕШИТЬ:

1. Обратившись за помощью.
2. Решая её последовательно, по плану, шаг за шагом.
3. Выжидая, когда решение придёт само собой.

28. В ДИСКУССИЯХ ПРЕДПОЧИГАЮ:

1. Иметь свою точку зрения.
2. Придерживаться мнения большинства.
3. Искать решение, которое бы всех устраивало.

29. ГЛАВНЫЕ ЧЕРТЫ МОЕГО ХАРАКТЕРА:

1. Трудолюбие и добросовестность.

2. Полная независимость и свободолюбие.
 3. Целеустремлённость и самостоятельность во всём.
30. МНЕ ЛУЧШЕ ВСЕГО ПОДОШЛА БЫ РАБОТА, ТРЕБУЮЩАЯ:
1. Согласованных действий и взаимопонимания.
 2. Способностей и таланта.
 3. Исполнительности и аккуратности.

Обработка

При обработке применяют три ключа соответственно трём стилям самоуправления: управляемый (У), самоуправляемый (СУ), неуправляемый (НУ). Если Ваш ответ попал в рубрику "Больше всего", то он получает I балл. Если же он находится в столбце "Меньше всего", то получает ноль.

По каждому ключу в отдельности подсчитывают количество единиц и нулей. Затем из единиц вычитают количество нулей, а к полученной разности прибавляют 30. Когда нулей больше, чем единиц, то разность между ними вычитают из 30. Полученное число сравнивают с оценочной шкалой.

Расположение цифр в ключе

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

5. СПС

Эта методика состоит из двух частей. Ко второй части работы приступают только после выполнения первой.

Первая часть работы

В анкете из 40 утверждений выберите трудности, с кото-

рыми Вы встречались в своей жизни. Пометьте их "галочкой".

Еще раз повторите эту работу: снова всё внимательно прочтите и найдите трудности, встречающиеся чаще всего. Их номера в протоколе № I обведите кружком.

Образец протокола I

I	II	21	3I
2	I2	22	32
3	I3	23	33
4	I4	24	34
5	I5	25	35
6	I6	26	36
7	I7	27	37
8	I8	28	38
9	I9	29	39
10	20	30	40

Анкета

1. Случайно услышанные замечания или намёки принимаю в свой "адрес".

2. Мне кажется, что окружающие отмечают недостатки моей внешности, походки, речи.

3. При знакомстве я теряюсь, и мне кажется, что выгляжу глупо и хуже, чем на самом деле.

4. Когда мне делают замечание, то я тут же "вспыхиваю". Потом думаю о том, что зря погорячился.

5. Знакомясь с новыми людьми, не могу отделаться от чувства, что не нравлюсь.

6. В обнове чувствую себя скованно, а поэтому предпочитаю носить привычные вещи.

7. Стараюсь не показывать вида, что шутки в свой адрес переношу болезненно.

8. Затрудняюсь обращаться к кому-либо с просьбой. Стараюсь чтобы это сделал за меня кто-то другой.

9. Избегаю контакта с людьми, которые любят подшутить над другими.

10. Не люблю заводить новых друзей. Предпочитаю тех, кого хорошо знаю.

11. В ожидании важного для меня события я "накручиваю"

самые неприятные картины.

12. Если мне не достаётся билет в кино или театр, а также когда меня не пускают в зал после звонка, я расстраиваюсь так сильно, как будто от этого зависит многое в моей жизни.

13. Предсказав себе неприятность, никак не могу отвлечься от неё.

14. Я боюсь рисковать.

15. Когда я волнуюсь, то много раз переспрашиваю, хотя всё понятно с первого раза.

16. Прежде, чем принять окончательное решение, мне надо получить чьё-нибудь одобрение.

17. Я не очень-то доверяю обстоятельствам и предпочитаю придерживаться принципов: "семь раз отмерь - один отрежь" и "бережёного бог бережет".

18. Не люблю перемены в жизни. предпочитаю, что всё шло по заведённому порядку.

19. Я настраиваюсь на неудачу, если не знаю, чем закончится для меня какое-либо событие.

20. Если я понял, что чего-то не предусмотрел, то "опускаю руки" и даже не пытаюсь вмешаться в ход событий. Мне кажется, что беды всё равно не миновать.

21. На экзаменах я всегда хуже излагаю свои мысли, могу что-то забыть из пройденного.

22. Перед экзаменом мной овладевает тоскливое настроение, и я заранее настраиваюсь на неудачу.

23. Когда я выступаю перед аудиторией и вижу обращённые ко мне лица, то теряюсь, забываю, что хотел сказать.

24. Меня легко сбить с толку вопросом: "А вы уверены в том, что говорите?".

25. На экзамене я заранее отказываюсь от борьбы, даже если уверен в том, что мои знания оценивают не объективно.

26. Я не уверен в своих способностях, а поэтому не рассчитываю на успех во время экзамена.

27. Обычно заранее настраиваюсь на неуспех. В этом вижу причину того, что учусь недостаточно хорошо.

28. Экзамены вызывают у меня такое сильное волнение, что не могу сосредоточиться.

29. Для "уверенности" готовлю к экзаменам шпаргалки, хотя

ими не пользуюсь.

30. Я уверенно чувствую себя на экзамене, когда знаю, что за меня "болеют".

31. У меня тенденция "примерять на себя" чужие неприятности и думать, что и со мной может случиться такое.

32. Я часто испытываю тоску, беспокойство.

33. Любая радость омрачается предчувствием, что это ненадолго.

34. Часто преследуют мысли о страшном, что может случиться со мной или с кем-то из близких.

35. Нередко вижу сны угрожающего характера.

36. Даже небольшая неприятность портит мне настроение.

37. Эмоциональное возбуждение вызывает нарушение координации движений, я становлюсь неловким, задеваю предметы, роняю их на пол.

38. Когда предчувствую беду, то начинаю суетиться, порываюсь куда-то бежать или топчусь бесцельно на месте.

39. Временами я чувствую себя бесполезным, ни на что не годным.

40. Часто возникает такое состояние, когда хочется уединиться, ни о ком и ни о чём не думать.

Вторая часть работы

В каждом столбце протокола I найдите два самых существенных для Вас признака, 2 трудности, которые Вам хочется преодолеть. Их номера запишите в протоколе 2 в горизонтальном ряду (в пустые клетки с индексом "Порядок, ранг").

Образец протокола 2

Порядок, ранг	I-10	II-20	2I-30	3I-40
	М	М	М	М
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

Теперь внимательно ознакомьтесь со средствами, которые помогут Вам эти трудности преодолеть. На наш взгляд, таких средств может быть восемь.

1. Уяснить, можно ли здесь вообще что-либо изменить.
2. Продумать, какими средствами и в какой последовательности можно добиться намеченного.
3. Уяснить себе, чего я конкретно хочу добиться.
4. Определить момент, когда можно приступать к осуществлению задуманного.
5. Улучшать результат до тех пор, пока он не будет отвечать желаемому.
6. Установить мерки, на основании которых я буду оценивать успешность достигнутого.
7. Постоянно проверять: не совершаю ли я ошибок.
8. Выяснить причины, которыми вызваны мои особенности и трудности.

Следующее задание состоит в том, чтобы выяснить непрерывный процесс из этих восьми элементов: с чего бы нужно начать (I ранг, I место), что поставить на последующие места (ранги 2, 3, 4...7), чем можно закончить этот процесс (8 ранг). Номера используемых средств записывайте в колонку в протоколе 2.

Обработка

I. В протоколе I нужно подсчитать, сколько же трудностей найдено в каждой из колонок, т.е. количество кружков. Этим Вы определите область, где они чаще всего бывают. В первой колонке собраны трудности общения, во второй - трудности, связанные с поведением, а в третьей колонке даны трудности, возникающие в умственной деятельности. Наконец, в четвертой колонке представлены трудности, являющиеся следствием высокой эмоциональной возбудимости.

2. Теперь обрабатываем данные протокола 2. Нам нужно вычислить коэффициенты корреляции рангов по Спирмену. Для этого выполним следующие операции:

- в двух соседних колонках вычислите разность между рангами,
- каждую разность возведите в квадрат,
- сложите квадраты разностей рангов и сумму умножьте 6,

- эту шестикратную сумму разделите на 504,
- полученную десятичную дробь нужно вычесть из единицы. Это и будет коэффициент корреляции, указывающий на сходство двух рядов, двух последовательностей, двух процессов или представлений о них.

Вычислив средний ранг для каждой из форм активности личности (M), подсчитайте между ними коэффициенты ранговой корреляции, которые укажут на сходство в применении средств самоуправления.

6. П В К Д

Инструкция

Лист бумаги разделите на четыре сектора, обозначив каждый из них римскими цифрами I, II, III, IV.

Откройте страницу 7, на которой даны четыре набора качеств личности, обозначенных теми же римскими цифрами.

Из первого набора выпишите в столбик в первом секторе 10 качеств, которые, по Вашему мнению, нужны для общения в избранной Вами профессии. Во втором наборе выберите 10 черт характера, которые необходимы людям, избравшим Вашу профессию. Эти качества запишите в столбик в секторе II.

В третьем блоке качеств выберите и запишите в третьем секторе 10 наиболее важных профессиональных качеств деятельности.

Наконец, в четвертом наборе качеств выберите те, которые более всего важны представителям Вашей профессии.

Теперь снова вернитесь к первому сектору и проанжируйте десять выбранных качеств по степени важности для профессионала. Самому важному с Вашей точки зрения дайте первое место (первый ранг). На второе место поставьте менее важное и т.д. Цифры, определяющие место данного качества в наборе, пишите справа в столбик. Такую же процедуру выполните со всеми остальными наборами слов.

Последнее задание состоит в том, чтобы проанжировать качества в каждом наборе по степени их выраженности у Вас лично. Этот ранговый ряд записывают правее предыдущего. У Вас должно получиться два вертикальных ряда цифр.

О Б Р А Б О Т К А

Вычислите коэффициенты корреляции (ранговой), как это указано на предыдущей странице. Сначала нужно вычесть из одного ранга второй, т.е. разность рангов (построчно). Эти разности следует возвести в квадрат и умножить на шесть. Шестикратную сумму квадратов разностей разделите на 990. Полученную десятичную дробь нужно вычесть из единицы. Это и будет искомым коэффициентом ранговой корреляции, характеризующий степень выраженности, развития у Вас профессиональных качеств личности, совпадения представлений о профессионально важных качествах личности (ПКЛ) и мнения о мере сформированности этих качеств.

ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ШКАЛЫ

8

	У р о в н и				
	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НАПРЯЖЕННОСТЬ					
Мужчины	0-7	8-11	12-15	16-18	22
Женщины	0-11	12-14	15-16	17-22	23
САМООЦЕНКА					
Мужчины	0-34	35-45	46-54	55-63	64
Женщины	0-37	38-46	47-56	57-65	66
СПОСОБНОСТЬ САМОУПРАВЛЕНИЯ					
Как система:					
Мужчины	0-13	14-22	23-31	32-40	41
Женщины	0-11	12-21	22-30	31-39	40
Этапы, звенья	0-1	2	3-4	5	6
СТИЛЬ САМОУПРАВЛЕНИЯ					
Управляемый	0-16	17-23	24-31	32-38	39
Самоуправляемый	0-21	22-32	33-43	44-54	55
Неуправляемый	0-10	11-19	20-29	30-37	38

И Н Т Е Р П Р Е Т А Ц И Я

I. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НАПРЯЖЕННОСТЬ (ЭН)

Методика разработана Г.Ш.Габдреевой и впервые опубликована в [3]. Она должна была выявить влияние на успешность учебной деятельности такого свойства личности, как тревожность. Данные таких учащихся расположены в правой части оценочной шкалы. Для них характерен целый ряд признаков, свидетельствующий о высокой психической напряженности и несформированности системы самоуправления: неверном предвидении, оценке своих возможностей и реальных успехов в учебной деятельности, неадекватном самоконтроле. Типичные их особенности приводятся ниже отдельно для мужчин и женщин.

Мужчины

- очень тревожат возможные неудачи на сессии - 93%;
- после ссоры или спора не могут долго успокоиться - 93%;
- не успевают усваивать материал лекций, и это вызывает чувство неуверенности в себе - 85%;
- волнуются перед экзаменом, хотя уверены в своих знаниях - 82%;
- приходят в замешательство при неожиданном вопросе преподавателя - 82%;
- постоянно тревожат мысли о предстоящем зачете, экзамене - 74%;
- насмешки сокурсников портят им настроение - 74%;
- с трудом сосредотачиваются на работе - 70%;
- смущаются во время выступлений перед людьми - 70%;
- боятся "отсева" из-за трудностей в обучении - 70%;

Женщины

- очень тревожатся по поводу возможных неудач на сессии - 100%;
- испытывают страх перед экзаменами и зачётами - 89%;
- испытывают сердцебиение перед экзаменом - 89%;
- неожиданный вопрос преподавателя приводит в замешательство - 85%;
- смущаются от необходимости выступать перед товарищами - 74%;
- постоянно тревожат мысли о предстоящих экзаменах - 74%;

- болезненно реагируют на замечания преподавателя - 70%;
- плохо спят во время сессии, во сне их "преследуют" экзаменационные мотивы - 67%.

2. САМООЦЕНКА (СО)

Этот вариант методики изучения самооценки разработал Н.М.Пейсахов на основе работ С.А.Будасси [1], Н.А.Викторова и Э.С.Чугуновой [2]. Исходным положением служила мысль о том, что самооценка связана с одной из центральных потребностей человека - потребностью в самоутверждении, со стремлением человека найти свое место в жизни, утвердить себя как члена общества в глазах окружающих и в своём собственном мнении. Это - стремление заслужить положительное отношение окружающих, положительную оценку поступков и деятельности, это и стремление к одобрению, уважению, признанию со стороны окружающих.

Под влиянием оценки окружающих у личности постепенно складывается собственное отношение к себе и самооценка всей личности, а также отдельных форм своей активности: общения, поведения, деятельности, переживаний. В нашем варианте методики самооценки и содержатся четыре набора (блока) качеств, каждый из которых отражает один из уровней активности личности. В первом блоке собраны качества, необходимые для общения с другими людьми. Во втором блоке сосредоточены черты характера, имеющие прямое отношение к поведению. В третьем блоке представлены качества, связанные с деятельностью субъекта, а в четвертом - признаки субъективных переживаний.

С нашей точки зрения самооценка может быть **ОПТИМАЛЬНОЙ** и **НЕОПТИМАЛЬНОЙ**.

При оптимальной самооценке субъект правильно соотносит её со своими возможностями и способностями, достаточно критично относится к себе, стремится реально смотреть на свои успехи и неудачи, старается ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле. К оценке достигнутого он подходит не только со своими личными мерками, но старается предвидеть, как к этому отнесутся другие люди: товарищи по работе и близкие. Иными словами, оптимальная самооценка является итогом постоянного поиска реальной меры, т.е. без

слишком большой переоценки, но и без излишней критичности к своему общению, поведению, деятельности и переживаниям. Такая самооценка является наилучшей для конкретных условий и ситуаций. Но самооценка может быть и неоптимальной - чрезмерно завышенной или слишком заниженной.

На основе завышенной самооценки у человека возникает неправильное представление о себе, идеализированный образ своей личности и возможностей, своей ценности для окружающих, для общего дела. В таких случаях человек идёт на игнорирование неудач ради сохранения привычной высокой оценки самого себя, своих поступков и дел. Происходит острое эмоциональное "отталкивание" всего, что нарушает представление о себе, идеализированный образ "Я". Восприятие реальной действительности искажается, отношение к ней становится неадекватным - чисто эмоциональным. Рациональное зерно оценки выпадает полностью. Поэтому справедливое замечание начинает восприниматься как придирка, объективная оценка результатов труда - как заниженная. Неудача предстаёт как следствие чьих-то козней или неблагоприятно сложившихся обстоятельств, ни в коей мере не зависящих от действий самой личности.

Человек с завышенной и неадекватной самооценкой не желает признавать, что всё это - следствие собственных ошибок, лени, недостатка знаний, способностей или неправильного поведения. Возникает тяжёлое эмоциональное состояние - аффект неадекватности, главной причиной которого является стойкость сложившегося стереотипа оценки своей личности. Если же высокая самооценка пластична, меняется в соответствии с реальным положением дел - увеличивается при успехе и снижается при неудачах, то это может способствовать развитию личности, так как ей приходится прикладывать максимум усилий для достижения поставленных целей, развивать свои способности и волю.

Самооценка может быть и заниженной, т.е. ниже реальных возможностей личности. Обычно это приводит к неуверенности в себе, робости и отсутствию дерзаний, невозможности реализовать свои задатки и способности. Такие люди не ставят перед собой труднодостижимые цели, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе.

Самооценка имеет прямое отношение к самоуправлению личности. Она составляет основу для самоконтроля, который возможен тогда, когда есть мера, с помощью которой можно сравнивать достигнутое с желаемым. Самооценка и является такой мерой, тем эталоном, с помощью которого мы сравниваем желаемое и действительное, оцениваем наши успехи и неудачи в общении и деятельности.

Слишком высокая или слишком низкая самооценка нарушают процесс самоуправления, искажают самоконтроль, а следовательно и общий результат самоуправления. Особенно заметно это происходит в общении, где лица с завышенной и заниженной самооценкой выступают причиной конфликтов. При завышенной самооценке конфликты возникают из-за пренебрежительного отношения к другим людям и неуважительного обращения с ними, слишком резких и необоснованных высказываний в их адрес, нетерпимости к чужому мнению. Низкая критичность к себе мешает им даже заметить, как они оскорбляют других высокомерием и непререкаемостью суждений. При заниженной самооценке конфликты могут возникать из-за чрезмерной критичности этих людей. Они очень требовательны к себе и еще более требовательны к другим, не прощают ни одного промаха или ошибки, склонны постоянно подчёркивать недостатки других. И, хотя это делается из самых лучших побуждений, всё же становится причиной конфликтов в силу того, что не многие могут терпеть систематическое "пиление". Когда в тебе видят только плохое и постоянно указывают на это, то возникает неприязнь к источнику таких оценок, мыслей и действий.

Выше упоминалось об аффекте неадекватности. Это психическое состояние возникает как попытка лиц с завышенной самооценкой оградить себя от реальных обстоятельств и сохранить привычную самооценку. К сожалению, это приводит к нарушению отношений с другими людьми, с ближайшим окружением. Переживание обиды и несправедливости позволяет чувствовать себя хорошо, оставаться на должной высоте в собственных глазах, считать себя пострадавшим или обиженным. Это возвышает человека в его собственных глазах и исключает недовольство собой. Потребность в завышенной самооценке удовлетворяется и отпадает необходимость изменить её, т.е. вплотную заняться самоуправлением. Это не самый лучший способ поведения, но всё-таки первоначальный

шаг к самовоспитанию. Слабость такой позиции обнаруживается незамедлительно или спустя некоторое время. Неизбежно возникают конфликты с людьми, которые имеют иные представления о данной личности, её способностях, возможностях и ценности для общества. Аффект неадекватности — это психологическая защита. Она является временной мерой, поскольку не решает главной задачи, а именно: коренного изменения неоптимальной самооценки, выступающей причиной возникновения неблагоприятных межличностных отношений. Психологическая защита годится как приём, как средство решения простейшей задачи, достижения оперативных целей личности как субъекта самоуправления. Она не подходит для продвижения к главным, стратегическим целям, рассчитанным на всю жизнь. Субъектом своей жизни личность так и не становится. Не становится она и субъектом самоуправления в общении и поведении.

Поскольку самооценка складывается под влиянием оценки окружающих и, став устойчивой, меняется с большим трудом, то изменить её можно, изменив отношение окружающих (сверстников, сотрудников на работе, преподавателей, родных). Поэтому формирование оптимальной самооценки сильно зависит от справедливости оценки всех этих людей.

Данный вариант методики позволяет решить ещё несколько исследовательских и практических задач. Вот некоторые из них.

I. Выше упоминалось, что личность может осуществлять свою активность в разных областях жизнедеятельности, т.е. существует несколько форм активности субъекта: общение, поведение, деятельность, переживания. Личность можно рассматривать и как субъект самоуправления. Поскольку одновременное осуществление всех этих форм активности затруднительно, то личность проявляет интерес к одной-двум сферам своей жизни. Действительно, каждый наблюдал людей, которые живут "в мире людей", "в замкнутом мире", "в мире дел" и "в мире чувств". Естественно предположить, что при выполнении данной методики люди выбирают больше качеств в той сфере, которая их больше интересует. Это и позволяет узнать, в какой области лежат их интересы, их ценностные ориентации и предпочтения.

С этой целью нужно подсчитать, сколько было выписано "идеальных" качеств по каждому из четырёх блоков и сравнить

между собой полученные числа. Ведущим будет тот уровень активности субъекта, где больше всего собрано "идеальных" и "реальных" качеств, а также их процентное отношение.

2. С помощью этой методики можно получить представление о ценностных ориентациях какой-либо группы, отличающейся от других по возрасту, полу, профессии. Для этого нужно подсчитать, сколько человек в данной группе выбрало то или иное качество. Если это число перевести в проценты, то откроется интересная возможность сравнивать между собой группы по предпочтению свойств личности, по степени важности для неё отдельных свойств. Ранжирование этих свойств по количеству людей, выбравших это свойство, показывает, какое место принадлежит ему в целостной системе представлений о личности.

3. Можно получить представление о том, чем отличается каждый конкретный человек от других людей по своим ценностным ориентациям. Для этого нужно создать усреднённый "портрет" ценностных ориентаций группы, в которую он входит. Затем нужен качественный анализ выбранных им качеств и тех свойств личности, которые чаще всего встречаются в группе в целом. Так на фоне групповых предпочтений удаётся выявить индивидуальные особенности.

Чтобы облегчить работу с методикой самооценки и создать условия для одинакового понимания качеств всеми участниками психологического обследования и экспериментаторами, приводим толкование этих качеств, данное в словаре С.И. Ожегова (издание 4-е, М., 1960).

I. Межличностные отношения, общение

1. Вежливость - соблюдение правил приличия, учтивость.
2. Заботливость - мысль или действие, направленное к благополучию людей; попечение, уход.
3. Искренность - выражение подлинных чувств, правдивость.
4. Коллективизм - способность поддерживать общую работу, общие интересы, коллективное начало.
5. Отзывчивость - готовность отозваться на чужие нужды.
6. Радужие - сердечное, ласковое отношение, соединённое с гостеприимством.
7. Сочувствие - отзывчивое, участливое отношение к пережива-

ниям людей.

8. Тактичность - чувство меры, создающее умение вести себя в обществе, не задевать достоинства людей.
 9. Терпимость - умение без вражды к чужому мнению, характеру, привычкам.
 10. Чуткость - отзывчивость, сочувствие; способность легко понимать людей.
 11. Доброжелательность - желание добра людям, готовность содействовать их благополучию.
 12. Приветливость - способность выражать чувство личной приязни.
 13. Обаятельность - способность очаровывать, притягивать к себе.
 14. Общительность - способность легко входить в общение.
 15. Обязательность - верность слову, долгу, обещанию.
 16. Ответственность - необходимость, обязанность отвечать за свои поступки и действия.
 17. Откровенность - открытость, доступность для людей.
 18. Справедливость - оценка людей в соответствии с истиной.
 19. Совместимость - умение соединять свои усилия с активностью других при решении общих задач.
 20. Требовательность - строгость, ожидание от людей выполнения своих обязанностей, долга.
- II. Черты характера, поведение
1. Активность - проявление заинтересованного отношения к окружающему миру и самому себе, к делам коллектива, поступкам и действиям.
 2. Гордость - чувство собственного достоинства.
 3. Добродушие - мягкость характера, расположение к людям.
 4. Порядочность - честность, неспособность совершать антиобщественные поступки.
 5. Смелость - способность принимать и осуществлять свои решения без страха.
 6. Твёрдость - умение стоять на своём, не поддаваться давлению, непоколебимость, устойчивость.
 7. Уверенность - вера в правильность поступков, отсутствие колебаний, сомнений.
 8. Честность - прямота, искренность в отношениях и поступках.
 9. Энергичность - решительность, активность поступков и дей-

ствии.

10. Энтузиазм - сильное воодушевление, душевный подъём.
11. Добросовестность - честное выполнение своих обязанностей.
12. Инициативность - стремление к новым формам деятельности.
13. Интеллигентность - высокая культура, образованность, эрудиция.
14. Настойчивость - упорство в достижении целей.
15. Решительность - непреклонность, твёрдость в поступках.
16. Принципиальность - умение придерживаться твёрдых принципов, убеждений, взглядов на вещи и события.
17. Самокритичность - стремление оценивать своё поведение, умение вскрывать свои ошибки и недостатки.
18. Самостоятельность - способность осуществлять действия без чужой помощи, собственными силами.
19. Уравновешенность - ровный, спокойный характер, поведение.
20. Целеустремлённость - наличие ясной цели, стремление её достигнуть.

III. Деятельность

1. Вдумчивость - глубокое проникновение в суть дела.
2. Деловитость - знание дела, предприимчивость, толковость.
3. Мастерство - высокое искусство в какой-либо области.
4. Понятливость - умение понять смысл, сообразительность.
5. Скорость - стремительность поступков и действий, быстрота.
6. Собранность - сосредоточенность, подтянутость.
7. Точность - умение действовать совершенно верно, как задано, в соответствии с образцом.
8. Трудолюбие - любовь к труду, общественно полезной деятельности, требующей напряжения.
9. Увлечённость - умение целиком отдаться какому-либо занятию.
10. Усидчивость - усердие в том, что требует длительного времени и терпения.
11. Аккуратность - соблюдение во всём порядка, тщательность работы, исполнительность.
12. Внимательность - сосредоточенность на выполняемой деятельности.
13. Дальновидность - прозорливость, способность предвидеть последствия, прогнозировать будущее.
14. Дисциплинированность - привычка к дисциплине, сознание долга перед обществом.

15. Исполнительность - старательность, хорошее исполнение заданий.
16. Любознательность - пытливость ума.
17. Находчивость - способность быстро находить выход из затруднительных положений.
18. Последовательность - умение выполнять действия в строгом порядке, логически стройно.
19. Работоспособность - способность много и продуктивно работать.
20. Скрупулезность - точность до мелочей, особая тщательность.

IV. Переживания, чувства

1. Бодрость - переживание состояния силы, энергии.
2. Бесстрашие - отсутствие страха, храбрость.
3. Веселость - беззаботно-радостное настроение.
4. Душевность - искреннее дружелюбие, расположенность к людям.
5. Милосердие - готовность помочь, простить из сострадания, человеколюбия.
6. Нежность - проявление любви, ласки.
7. Свободолюбие - любовь и стремление к свободе, независимости.
8. Сердечность - задушевность, искренность в отношениях.
9. Страстность - способность целиком отдаться увлечению.
10. Стыдливость - способность испытывать чувство стыда.
11. Взволнованность - мера переживания, душевное беспокойство.
12. Восторженность - большой подъем чувств, восторг, восхищение.
13. Жалостливость - склонность к чувству жалости, состраданию.
14. Жизнерадостность - постоянство чувства радости.
15. Любвеобильность - способность любить сильно и многих людей.
16. Оптимистичность - жизнерадостное мироощущение, вера в успех.
17. Сдержанность - способность удержать себя от проявления чувств.
18. Удовлетворенность - приятные переживания исполнения желаний.
19. Хладнокровность - способность сохранять спокойствие и выдержку.
20. Чувствительность - легкость возникновения переживаний, чувств.

3. СПОСОБНОСТЬ САМОУПРАВЛЕНИЯ

Обработка анкеты: подсчитать количество ответов "Да" в первой строке и количество ответов "Нет" в 9-й строке. Затем количество ответов "Да" во 2-й и количество ответов "Нет" в 10-й. И т.д. (3-я - 11-я;...; 8-я - 16-я). Полученные восемь цифр сравнить со шкалой. Сложить эти восемь цифр (общая способность самоуправления) - сравнить со шкалой.

Управление - это целенаправленное изменение. При этом цель задается человеку извне. Самоуправление тоже целенаправленное изменение, но цель ставит себе сам человек, который в данном случае выступает уже как субъект самоуправления, объектами которого становятся другие формы активности личности: общение, поведение, деятельность и переживания. Таким образом, личность может одновременно рассматриваться и как субъект осуществления общения, поведения, деятельности и переживаний и как субъект самоуправления этими формами активности.

Самоуправление нужно отличать и от саморегуляции. Самоуправление процесс творческий. Он связан с созданием нового, встречей с необычной ситуацией или противоречием, необходимостью постановки новых целей, поиском новых решений и средств достижения целей. Саморегуляция - это тоже изменения, но совершаемые в рамках имеющихся правил, норм и стереотипов. Функция саморегуляции иная - закрепить то, что приобретено в процессе самоуправления. Таким образом, самоуправление и саморегуляция не два разных процесса, а две стороны активности личности как субъекта, диалектическое единство изменчивого и устойчивого в непрерывном развитии субъективного мира человека.

Кроме самоуправления и саморегуляции существуют реально и другие самопроцессы. Это прежде всего авторегуляция, т.е. произвольная саморегуляция в системе жизнеобеспечения организма человека и животных. Но это и присущее только человеку взаимное управление по ходу совместной деятельности и в общении. Можно выстроить целую иерархию самопроцессов, начиная ее с авторегуляции, затем надстроить более сложные процессы произвольной регуляции и психического самоуправления, а на самом высоком уровне поместить взаимное управление как самый сложный процесс психического управления и регуляции, в котором участ-

вуют не менее двух субъектов самоуправления и саморегуляции. На каждом из уровней появляются новые качества, которых не было на предыдущих, что и дает право говорить об их специфичности и относительной самостоятельности, а вместе с тем и об их целостности.

Развитие способности самоуправления должно пройти две стадии. На первой стадии происходит формирование горизонтальной ее организации. Прежде, чем начнет складываться система самоуправления, должна возникнуть потребность в ней. Такая нужда действительно возникает, когда привычные, ранее сложившиеся способы и средства общения, поведения и деятельности не "срабатывают", не приводят к успеху. У человека появляется чувство неудовлетворенности своими поступками и действиями, переживание недовольства собой.

Человек начинает действовать методом "проб и ошибок", перебирает известные и неизвестные подходы, приемы и средства. Когда и они не приводят к успеху, не дают удовлетворения, то возникает необходимость перейти к рациональному анализу сложившегося положения, к анализу ситуации, к выработке цели и к целенаправленному изменению (самоуправлению). С этого момента и начинается собственно формирование системы самоуправления, когда появляется необходимость в ее элементах и человек начинает этими элементами овладевать, т.е. искать средства самоуправления и соединять их в систему, устанавливать связи между этими элементами - строить структуру самоуправления. А далее субъект должен выстроить из элементов целостный процесс самоуправления в виде последовательно развивающихся этапов. Мы полагаем, что таких этапов должно быть восемь: анализ противоречий, прогнозирование, целеполагание, формирование критериев оценки качества, принятие решения к действию, контроль, коррекция. Рассмотрим полный цикл самоуправления более детально.

I. Анализ противоречий или ориентировка в ситуации. Это психическая деятельность субъекта самоуправления, результатом которой является субъективная модель ситуации. При этом субъект пытается получить ответы на ряд вопросов, которые ставит сам себе:

- Почему сейчас не получается так, как это было раньше?
- что изменилось по сравнению с прошлым?
- что происходит со мной?
- что происходит вокруг меня?
- каково реальное положение вещей?
- в чем причина моих неудач? (во мне, в других, в сложившихся обстоятельствах).

2. Прогнозирование - это умственная деятельность субъекта самоуправления, в результате которой появляется еще одна модель - прогноз. Он основан на анализе прошлого и настоящего, на анализе противоречий между прошлым и настоящим. Прогноз - это попытка заглянуть в будущее, предсказать ход событий или желаемые действия.

Субъект самоуправления пытается получить ответы на вопросы:

- Можно ли что-то изменить?
- Что может случиться, если я вмешаюсь и буду как-то действовать?
- что будет, если я не вмешаюсь в ход событий?

3. Целеполагание выступает как умственная деятельность субъекта самоуправления, а ее результатом является появление субъективной модели желаемого или должного. В основе целеполагания лежит прогноз. Это переход от предположения о принципиальной возможности произвести изменения к предположению о вероятных результатах. Люди стремятся получить ответы на такие вопросы:

- Какими должны быть результаты?
- в каком направлении нужно изменить себя, свое общение, поведение или деятельность?
- что конкретно можно изменить: ситуацию или самого себя?

Целеполагание играет огромную роль в жизни человека. Вспомним, например, что писал по этому поводу К.Д.Ушинский: "Удовлетворите все желания человека, но отнимите у него цель жизни и посмотрите, каким несчастным и ничтожным существом явится он. Цель в жизни является сердцевинной человеческого достоинства и человеческого счастья".

Целеполагание - это процесс создания системы целей, "де-

рева целей", соотношения их между собой и выбора предпочтительных. При выборе целей, их обычно сравнивают по длительности и субъективной привлекательности. Желательно, чтобы субъект исходил из стратегических целей, рассчитанных на всю долгую жизнь, а на их основе выдвигал тактические цели, осуществление которых требует 5-7 лет. Тактические цели должны определять оперативные цели, реализация которых требует дней, недель или месяцев.

С точки зрения субъективной привлекательности оцениваются вероятность достижения цели или целей, усилия, необходимые для их достижения.

Важно, чтобы главной целью жизни субъекта было служение обществу и на этой основе определялись личные цели. Иначе неизбежны ошибки, просчеты, срывы. Цели, не связанные с интересами общества, становятся ложными: погоня за ними обедняет жизнь, делает ее бесполезной.

4. Планирование - умственные действия субъекта самоуправления. Их результат - "модель" средств достижения цели - план, т.е. система средств и последовательности их применения. В соответствии с целями планы тоже могут быть стратегическими, тактическими и оперативными. Субъект самоуправления ищет ответы на такие вопросы:

- Какие средства нужны для достижения цели?
- В какой последовательности их следует применить?

5. Критерии оценки качества. Они являются результатом всей системы отношений личности к другим людям, к себе, своим возможностям, самооценки субъекта, о которой шла речь в методике 2.

В стремлении к конкретной цели субъект должен для себя решить:

- Какими должны быть показатели, позволяющие оценить успехи в реализации плана, продвижение к цели?
- Как оценить, что сделанное было необходимым?
- Как оценить, что мои действия и поступки достаточны?

Систему оценок желательно заготовить до начала практических действий и поступков. По ходу действий их лучше не создавать, а корректировать. Поспешная выработка критериев может привести к тому, что они окажутся недостаточно обосно-

ванными или просто ошибочными. Это может привести к совершенно иным результатам, чем было первоначально задумано.

6. Принятие решения - это переход от плана к действиям, переход возможности в действительность. Это самоприказ: "Начать действовать!", "приступить к делу!". Но до этого субъекту предстоит ответить на совсем не простые вопросы:

- Все ли я предусмотрел? Здесь нужна проверка всех предыдущих этапов.

- Есть ли у меня еще время?

- Начинать действовать или еще нужно подождать немного?

Имеется в виду оптимальное решение, которое предполагает сочетание смелости и осмотрительности. Не стоит поступать "сломя голову", "лезть в воду, не зная броду", но и слишком оттягивать исполнение задуманного. Упущенное время может быть потеряно безвозвратно: когда человек наконец решился на активные действия, то к этому моменту все может измениться настолько значительно, что любое, даже очень хорошо подготовленное действие, теряет всякий смысл.

7. Самоконтроль - сбор информации о том, как идет выполнение плана в реальном общении, поведении, деятельности.

Субъект идет ответы на вопросы:

- Как идет дело?

- Все ли идет по плану?

- Есть ли движение к цели?

- Нет ли отступлений от цели и плана?

- Нет ли ошибок в моих поступках и действиях?

Основой для самоконтроля служит самооценка.

8. Коррекция - изменения реальных действий, поведения, общения, переживаний, а также самой системы самоуправления. Субъект идет ответ на вопрос: "Как быть дальше?"

Ответ на этот вопрос зависит от результатов предыдущего этапа - самоконтроля.

Если все идет как задумано, то субъект самоуправления может продолжать действовать также, повторить еще и еще раз, чтобы убедиться в эффективности найденной системы самоуправления. Фактически, это переход к саморегуляции, закрепление того нового, что было найдено в процессе самоуправления.

Если самоконтроль показывает, что имеется разрыв между желаемым и действительным, что есть ошибки в поведении и деятельности, то возникают новые вопросы:

- Что нужно изменить в своих поступках и действиях?

- Когда нужно произвести изменения: немедленно или через некоторое время?

Поскольку рассогласование между запланированным и достигнутым указывает и на ошибки в самоуправлении, то возможны коррекции этого цикла процесса самоуправления.

Здесь требуется дать ответы на такие вопросы:

- Есть ли время на обдумывание?

- Что конкретно нужно пересмотреть в процессе самоуправления, чтобы получить желаемый результат?

- Есть ли условия для изменений?

После этого начинается новый цикл самоуправления: новый анализ ситуации, прогнозирование, целеполагание и т.д. Эти циклы повторяются до тех пор, пока не исчезнет потребность в совершенствовании отдельных звеньев, отдельных этапов процесса самоуправления, пока не произойдет переход к саморегуляции т.е. привычным поступкам и действиям, совершаемым на основе найденных целей, планов, критериев оценки качества. Таким образом, к самоуправлению люди прибегают не так уж часто. Оно необходимо при встрече с новым, необычным, неизвестным.

Изложенное позволяет заметить, что самоуправление мы рассматриваем как процесс, а не застывшую структуру связанных между собой звеньев. Для характеристики этого процесса хорошо подходит концепция "включения" - система теоретических положений, разработанная А.А.Крыловым в Ленинградском университете. Согласно этой концепции все этапы единого целостного процесса представляют собой усложняющиеся организации, включающие в себя предыдущие этапы в измененном, трансформированном виде. Самым сложным поэтому оказывается последний этап этого процесса, поскольку он включает в себя все предыдущие [6].

Степень сформированности горизонтальной структуры процесса самоуправления по этой методике, а фактически способность самоуправления оценивается по диагностической шкале сравнением результатов, полученных в психологическом обследовании, с данными оценочной шкалы. Если результаты анкетирования лежат

в правой части шкалы, то это значит, что в целом система самоуправления имеется. Однако в этом случае существует опасность того, что данный человек слишком расчетлив и рационален, что ему не хватает эмоций. Об этом стоит подумать. Здесь следует понаблюдать за собой, проанализировать свои поступки и действия с точки зрения "рациональное - эмоциональное". Что преобладает? Как их уравновесить?

Если результаты анкетирования легли в зоне низких оценок, то надо думать, что у этого человека еще нет целостной системы самоуправления, а сформированы лишь отдельные звенья. Скорей всего такой человек сильно переживает свои неудачи, но дальше этого не идет. У него эмоциональная оценка преобладает над рациональным анализом. Полноценный цикл самоуправления в этом случае даже не начинается, а поэтому и не формируется.

Чтобы лучше узнать о степени сформированности отдельных звеньев системы самоуправления, нужно обратиться снова к оценочной шкале. На этот раз смотрят следующую строку. "Этапы, звенья". Сравнивают с этой шкалой результаты обработки анкеты и определяют степень развития каждого из восьми звеньев процесса самоуправления. Все они оцениваются по одной шкале от 0 до 6 баллов. Посмотрите, какие из этих восьми звеньев развиты хорошо, а какие слабо. Подумайте над этим и решите, что нужно дальше делать, как развивать у себя способность прогнозировать, планировать, контролировать и т.д. До сих пор речь шла о первой стадии развития системы самоуправления, о ее горизонтальной структуре.

Создание вертикальной организации системы самоуправления является целью второй стадии развития. Субъект самоуправления должен научиться сознательно и целенаправленно изменять всю иерархию совокупности форм своей активности: общение, поведение, деятельность, переживания. Это можно осуществлять последовательно, начиная с нижнего этажа - чувств и эмоций. Возможны и другие пути. Например, можно начинать совершенствование способности управлять собой с того, что лучше получается, к чему есть устойчивый интерес.

Едва ли есть люди, способные управлять всеми формами психической активности. Пока это является мечтой, идеальным представлением о личности как субъекте самоуправления. Но со

временем это будет становиться предметом изучения в школе и вузе. Тогда мечта может превратиться в действительность.

Развитие горизонтальной и вертикальной структуры самоуправления, формирование способности личности к самоуправлению является одной из задач психологической службы в школе и вузе. Она обязана создать и организовать специальные и факультативные курсы, способствующие развитию личности как субъекта самоуправления. Такая попытка была предпринята в Казанском университете лабораторией психологических проблем высшей школы, где были разработаны учебные планы и программы, лекции и практические занятия, выпущены пособия по трем таким курсам.

Необходимо заметить, что самоуправление существует в двух взаимозависимых формах - общественной и личной /психической/. Рассматривать их следует вместе. С одной стороны, развитие психического самоуправления зависит от степени развития самоуправления в обществе. Как будет показано ниже, субъектом самоуправления личность может стать при демократическом стиле управления, т.е. когда преобладает самоуправление. Два противоположных стиля управления - авторитарный и попустительский - порождают добросовестных исполнителей и неуправляемых.

С другой стороны, если в школе или вузе сложилась система психического самоуправления, то она переносится из учебных в реальные условия жизни, в профессиональную деятельность и может существенно повлиять на развитие самоуправления в группе и даже в обществе в целом.

Обсуждаемая анкета - один из вариантов, разработанных в лаборатории психологических проблем высшей школы Казанского университета под руководством Н.М.Пейсахова. В разные годы в этой работе принимали участие И.П.Григорьев, Н.В.Знаменская, Н.С.Ильинкова, А.Т.Курбанова, А.А.Капралов, С.В.Петрушин, Ф.М.Рахматуллина, Т.Б.Токарева, Н.К.Тутьшкин, М.Н.Шевцов. Методика стандартизирована, проверена ее внутренняя и внешняя валидность. Интерпретацию написали Н.М.Пейсахов и М.Н.Шевцов. В комплекс методик для изучения психического самоуправления входит также анкета для исследования стиля самоуправления, а также оригинальная методика, позволяющая получить сведения об индивидуальной структуре процесса самоуправления психическим состоянием (СПС). Вместе взятые эти три методики раскрывают

особенности самоуправления как общей способности, как типичную картину и как индивидуальную структуру, т.е. решают задачу последовательного перехода от общего к особенному и затем к единичному.

4. СТИЛЬ САМОУПРАВЛЕНИЯ

Авторы этой методики Н.М.Пейсахов и М.Н.Шевцов. Она представляет собой анкету с выбором ответа из трех возможных вариантов, что создает некоторую свободу действий. Анкета является средством изучения того, как разные стили управления влияют на развитие способности самоуправления. Основой создания методики служил методологический принцип диалектического единства общественной и индивидуальной форм бытия человека (Шорохова Е.В., Абульханова-Славская К.А., Ломов Б.Ф.). Развитие личности рассматривается в тесной связи с развитием общества, а развитие общества зависит от уровня развития личностей, из которых это общество состоит. При создании методики мы исходили из того, что аналогичным образом связаны между собой управление и самоуправление: всякое управление людьми побуждает субъекта совершать конкретные поступки и действия, но одновременно вызывается и конкретное отношение к субъекту управления, т.е. к тому кто управляет. На наш взгляд, развитие способности самоуправления зависит от стиля управления и субъективного отношения к нему.

Известны три основных стиля управления: демократический, авторитарный и попустительский (невмешивающийся). Известно также, что оптимальным является демократический стиль управления, целью которого выступает максимальное развитие самостоятельности, инициативы, творческого отношения к делу. Авторитарный и попустительский стили представляют собой две противоположности.

При авторитарном стиле управления человек рассматривается как объект, испытывающий управляющие воздействия подобно тому, как это происходит в кибернетических системах, в технике или природе. Такое управление отказывает личности в свободе выбора, в самостоятельности. При невмешивающемся стиле управления никакого управления фактически нет, и он выступает полной противоположностью авторитарного управления, в кото-

ром субъект управления стремится иметь всю полноту власти. К сожалению, два последних стиля встречаются не так уж редко, поскольку привлекательны своей элементарной простотой. Поэтому их и можно наблюдать и в семье, и в детском саду, и в школе, и в вузах.

Авторитарное (жесткое) управление характерно тем, что преобладают меры поощрения и наказания. Так, например, в семье чаще всего применяются окрики, запреты, угрозы и наказания. Это приводит к неприязненному отношению ребенка к мерам воздействия и к родителям. В школе история повторяется: авторитарное управление приводит к появлению негативного отношения к мерам педагогического воздействия и к самим педагогам. Жесткое управление нередко вызывает протест, желание поступать наперекор родителям, воспитателям детских садов, учителям школ. При этом стиле либо растет стремление к самостоятельности, либо оно подавляется. Поэтому жесткое управление обучением и воспитанием может привести к двум разным манерам управления собой. Оно может явиться причиной появления "непослушных", "упрямых", "непокорных", "строптивых", т.е. тех, кого называют "трудными подростками", "людьми с трудным характером".

Если же ребенок полностью поддается жесткому управлению и согласен выполнять все требования, указания и нормы, то со временем из него вырастет добросовестный исполнитель, часто лишенный инициативы и самостоятельности. Такому человеку проще и легче управлять самим собой. Исполнители необходимы в каждом коллективе. Они дополняют людей творческих - генераторов идей. Одни подают идеи, а другие доводят их до логического конца. Но исполнители плохо используют свои потенциальные возможности, полностью зависимы от других, не самостоятельны в решениях. Рациональное восприятие мира и самого себя здесь, пожалуй, преобладает над эмоциональным, чувственным: они вполне довольны своим положением и не переживают от того, что ими командуют.

При невмешивающемся, попустительском, либеральном стиле управления люди также могут стать неуправляемыми, поскольку управления нет и все пущено на самотек: каждый делает все, что ему вздумается. В семье ребенок предоставлен сам себе, а взрослые не обращают внимания на его проделки. Так вырабаты-

вается привычка поступать необдуманно, по первому импульсу, желанию или эмоции, без всякой цели, "просто так". Неуправляемые протестуют против любого посягательства на их самостоятельность, часто пренебрегают своими обязанностями, принятыми в обществе нормами и правилами. Довольно часто среди них встречаются творческие личности. И для них характерна "строптивость", непринятие общепринятых идей, норм и стереотипов. Они смело вступают в бой, но нередко терпят поражение из-за неспособности управлять собой. Поскольку эта способность развивается неравномерно, часто методом "проб и ошибок", у них отдельные звенья системы самоуправления слабо развиты или отсутствуют совсем. Неуправляемые слишком эмоциональны, чаще живут близкими целями, чем далекими.

Только при демократическом стиле управления создаются предпосылки для формирования целостной системы самоуправления, умения владеть собой в самых разных условиях жизни и деятельности. Самоуправляемые способны целенаправленно изменять себя в общении, управлять своим поведением и деятельностью, своими чувствами и эмоциями. Они способны направлять свои мысли и внимание в желаемое русло, систематически занимаются самовоспитанием.

Если исполнители слишком рациональны, а неуправляемые чрезмерно эмоциональны, то самоуправляемые успешно сочетают то и другое. Они обладают целостной системой стратегических, тактических и оперативных целей. Этим они тоже отличаются от исполнителей (управляемых) и неуправляемых, которые чаще всего живут близкими целями. Самоуправляемые ставят себе цели с учетом целей общества. У неуправляемых преобладают личные цели, далекие от нужд общества.

В реальной жизни люди сочетают разные стили самоуправления. Например, человек может уметь управлять собой. Для пользы общества, ради того, чтобы помочь группе достигнуть цели, он может охотно подчиниться другому.

Необходимо иметь также в виду, что реально существует и обратный процесс влияния манеры управления собой на формирование стиля управления в учреждениях и организациях. Здесь многое зависит не только от того, кто управляет, но и от отношений между ним и группой. А эти отношения будут складыва-

ться в зависимости от того, как поведут себя все субъекты отношений и от того, каков уровень умений управлять собой у каждого из них.

5. САМОУПРАВЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ

Эта методика разработана Г.Ш.Габдреевой и Н.М.Пейсаховым, прошла проверку на внутреннюю и внешнюю валидность. Публикуется впервые. При ее создании авторы исходили из теоретической модели, представленной в [5] и концепции личности как субъекта самоуправления. Объектом управления становятся другие формы активности: общение, поведение, деятельность, переживания.

Составленный Г.Ш.Габдреевой опросник содержит 40 утверждений. Каждые 10 утверждений относятся к одной из форм активности личности: общению, поведению, деятельности, переживаниям. Они могут выступать как трудности, которые встают перед личностью в реальной жизни и которые нужно преодолеть. Большое количество таких трудностей указывает, по какому поводу чаще всего возникает психическое напряжение, почему нарушается психическое состояние. Это могут быть трудности в общении, неправильное поведение, неумение управлять своей деятельностью (например, учебной), а также "эмоциональные бури", возникающие без всякого повода или из-за пустяков. Знание области, где сконцентрированы наибольшие трудности личности, позволяют перейти от констатации этого факта к занятиям по обучению приемам самоуправления с помощью факультативных курсов.

Вторая часть методики позволяет установить индивидуальную картину процесса самоуправления конкретной личности. Она дает знания о том, как субъект собирается использовать средства самоуправления. Так, можно установить, имеет ли он представление о рациональной последовательности элементов в системе самоуправления (см. методику "Способность самоуправления"). Если ему впервые пришлось встретиться с ними, то едва ли структура этого процесса получится устойчивой, о чем можно судить по величине коэффициентов ранговой корреляции. Если они близки к нулю, то у личности отсутствует четкое представление об оптимальной структуре процесса самоуправления. Ему полезно хорошо потрудиться на занятиях по факультативно-

му курсу.

Анализ звеньев самоуправления, которые дают значительный разброс в ранговых рядах, позволяет обратить на них особое внимание на этих занятиях. Возрастание коэффициентов ранговой корреляции от занятия к занятию может свидетельствовать о том, что они проходят успешно и у данного человека постепенно формируется ясное представление о процессе психического самоуправления.

6. ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ

Авторы этой методики Н.М.Пейсахов и М.Н.Шевцов. Разработана методика для профориентационной работы, а также как средство контроля за развитием профессиональных качеств личности в процессе воспитания и обучения в школе, техникуме, ПТУ, вузе. Исследования специалистов высокой квалификации и лиц с разным опытом работы позволяют получить представление о структуре личности в разных профессиях. Важно также иметь сведения о различиях и сходстве качеств у лиц, отличающихся по полу, возрасту, стажу работы, эффективности деятельности, занимающих разные должности. Эти данные затем могут быть использованы в качестве "эталонных". С ними затем могут сравниваться результаты учащихся, которые еще только готовятся стать профессионалами. Степень приближения к "эталону" определяется величиной коэффициента ранговой корреляции. Чем ближе он к единице, тем ближе представления учащегося о профессионально важных качествах личности к представлениям об этом у лиц, работающих по данной специальности. Если коэффициент корреляции близок к нулю, то между этими представлениями нет сходства.

В заключение добавим, что по одному какому-то свойству нельзя судить о личности. Обязательно нужно принимать во внимание результаты, полученные с помощью других методик. Дополняя друг друга, они дадут более точную картину о свойствах личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. БУДАСИ С.А. - Способ исследования количественных характеристики в группе. - Вопросы психологии. 1971, № 3.
2. ВИКТОРОВ Н.А., ЧУГУНОВА Э.С. - Социально-психологические проблемы диагностики инженерных кадров в автоматизированных системах управления разрабатывающих предприятий - Психологический журнал - т.4, 1983, № 4. с.87-95.
3. ГАВДРЕЕВА Г.Ш. Формирование способности самоуправления психическим состоянием. - В кн.: Прикладная психология в высшей школе /под ред. Н.М. Пейсахова.-Казань, изд-во КГУ, 1979. с.222-253.
4. ПЕЙСАХОВ Н.М. Изучение личности студентов. - В кн.: Психологические и психофизиологические особенности студентов /под ред. Н.М.Пейсахова.-Казань, изд-во КГУ. 1977. 296с.
5. ПЕЙСАХОВ Н.М. Закономерности динамики психических явлений. - Казань: изд-во КГУ, 1984, 235 с.
6. КРЫЛОВ А.А. - В кн: Теоретические и методологические проблемы инженерной психологии.-Д: изд-во ДГУ, 1976.
7. УШИНСКИЙ К.Д. Собр.сочинений. М., 1950.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
МЕТОДИКИ:	
1. ЭН (Эмоциональная напряженность)	4
2. СО (Самооценка)	6
3. СУ (Способность самоуправления)	8
4. Стиль СУ (Стиль самоуправления)	11
5. СПС (Самоуправление психическим состоянием)	16
6. ПВКЛ (Профессионально-важные качества личности)	21
ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ШКАЛЫ	22
ИНТЕРПРЕТАЦИЯ:	
1. ЭН (Эмоциональная напряженность)	23
2. СО (Самооценка)	24
3. СУ (Способность самоуправления)	32
4. Стиль СУ (Стиль самоуправления)	40
5. Самоуправление психическим состоянием (СПС)	43
6. ПВКЛ (Профессионально важные качества личности)	44
ЛИТЕРАТУРА	45

Сдано в набор 14.10.87 г. Подписано в печать 2.12.88 г.
Форм.бум. 60 x 84 1/16. Печ.л.2,9. Тираж 500. Заказ 878.
Бесплатно.

Лаборатория оперативной полиграфии КГУ
420008 Казань, Ленин, 4/6