

**Министерство образования и науки Российской Федерации
КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

С.Д. НЕКРАСОВ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ЧЕЛОВЕКА

НАБЛЮДЕНИЕ И ОПРОС

Краснодар

2015

УДК 159.9.07
ББК 88.5
Н 48

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор

З.И. Рябикина

кандидат психологических наук, доцент

А.Н. Кимберг

Некрасов, С.Д.

Н 48 Психологический портрет человека: наблюдение и опрос: учебно-методическое пособие / С.Д. Некрасов. Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2015. 69 с.

В пособии приводятся рекомендации по составлению психологического портрета человека.

Адресуется студентам, обучающимся по учебному плану направления «Психология», а также может быть полезно различным исследователям психологических свойств человека.

УДК 159.9.07
ББК 88.5

© Кубанский государственный
университет, 2015
© Некрасов С.Д., 2015

ВВЕДЕНИЕ

В пособии изложены рекомендации по составлению психологического портрета человека, с помощью методик наблюдения и психодиагностических методик.

Составление психологического портрета человека является основной целью учебной практики студентов-психологов, которым предстоит обрести способности составлять краткий психологический портрет человека, с помощью методик наблюдения и психодиагностических методик.

Учебная практика студентов проходит во время летней сессии как контролируемая самостоятельная работа студентов.

Задачи учебной практики:

1. Изучение научной информации о свойствах человека, необходимых для описания психологических свойств человека.

2. Разработка и проведение исследования отдельных свойств человека с помощью *методик наблюдения* в различных ситуациях бытия, в том числе, особенностей внешнего вида и коммуникативных способностей.

3. Разработка и проведение с помощью *психодиагностических методик* исследования свойств человека, в том числе, структуры черт личности и структуры самоактуализации.

4. Получение эмпирических фактов, необходимых для описания свойств человека.

6. Составление психологического портрета человека путем описания полученных эмпирических фактов.

7. Составление отчета о выполнении заданий учебной практики «Психологический портрет человека».

В пособии материал структурирован в соответствии с задачами практики. Приводятся рекомендации по выполнению каждой задачи практики, а также примеры описания решения отдельных задач практики.

В первом разделе представлены общие рекомендации по составлению психологического портрета человека.

Второй раздел содержит рекомендации по исследованию отдельных свойств человека с помощью методик наблюдения.

В третьем разделе приведены рекомендации по исследованию свойств человека с помощью психодиагностических методик.

В четвертом разделе приводятся рекомендации по составлению психологических портретов испытуемых.

В пятом разделе приводятся рекомендации к составлению отчета о выполнении учебной практики.

Завершает пособие список рекомендуемых для студентов информационных источников.

Пособие предназначено в первую очередь для студентов, обучающихся по учебному плану направления «Психология» в Кубанском государственном университете, выполнению задач учебной практики. Может быть полезно различным исследователям психологических свойств человека.

1. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА ЧЕЛОВЕКА

Для достижения цели учебной практики (обретение студентом способности составлять краткий психологический портрет человека, с помощью методик наблюдения и психодиагностических методик) рекомендуется следующая последовательность действий.

1. Выбираются два испытуемых, для которых планируется составить психологический портрет. Выбор двух испытуемых согласуется с руководителем практики. Выбор испытуемых обусловлен:

- возможностью осуществлять наблюдение за ними в ситуациях дома и вне дома;

- возможностью применения опросников для получения эмпирических фактов, необходимых для описания свойств человека.

2. Составляются краткие биографические данные испытуемых: пол, возраст, семейное положение, профессиональная занятость, наличие собственных детей.

3. Провести наблюдение испытуемых с помощью методик наблюдения, описать выявленные эмпирические факты и составить часть психологического портрета испытуемых по наблюдаемым фактам.

4. Провести опросы испытуемых с помощью психодиагностические методики, описать выявленные эмпирические факты и составить часть психологического портрета испытуемых по фактам, полученным путем опросов.

5. Составить психологические портреты испытуемых путем обобщения объединенных двух частей портретов, полученных с помощью методик наблюдения и психодиагностических методик.

6. Составление отчета о выполнении заданий учебной практики «Психологический портрет человека» и защита отчета.

Пример описания кратких биографических данных испытуемого

В качестве испытуемого, наблюдение проявляемых свойств которого планируется осуществить, выбрана мать.

Краткие биографические данные: замужняя женщина, возраст которой около 45 лет, работает бухгалтером. Имеет дочь студентку, возраст которой 18 лет.

2. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОЛУЧЕНИЮ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ НАБЛЮДЕНИЯ

2.1. СХЕМА МЕТОДИКИ НАБЛЮДЕНИЯ

Предметом наблюдения на учебной практике являются проявляемые свойства человека в контексте двух ситуаций:

- в домашней обстановке, например, во время совместного просмотра телепередачи, ужина, выполнения домашних дел и др.;
- в другой (внедомашней) обстановке, например, в общественном транспорте, учебной аудитории, на рабочем месте, на спортивной площадке и др.

Рекомендуется осуществить наблюдение следующих свойств человека:

- свойства внешнего вида человека в наблюдаемых ситуациях (*внешний вид*);
- коммуникативные способности человека в наблюдаемых ситуациях (*коммуникативные способности*);

Рекомендуется наблюдение проявляемых свойств человека проводить по следующей схеме.

1. Подготовка наблюдения.
2. Проведение наблюдения.
3. Заполнение дневника наблюдения.
4. Описание части психологического портрета испытуемых по фактам, полученным с помощью методики наблюдения.

2.2. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ НАБЛЮДЕНИЯ

Общие рекомендации

1. На основании теоретической модели, приведенной в пособии, выбираются структурные элементы наблюдаемого свойства испытуемого (*внешнего вида и коммуникативных способностей*).
2. Определяются единицы (индикаторы) наблюдения выбранных элементов наблюдаемого свойства испытуемого.
3. Планируются возможные ситуации и время наблюдения.
4. Составляется список вопросов, которые будут заданы испытуемому в процессе наблюдения.

5. Составляется схема листов **дневника наблюдения** для наблюдаемых свойств человека (*внешний вид* и *коммуникативные способности*).

Пример подготовки наблюдения отдельных особенностей внешнего вида человека

1. Теоретическая модель отдельных особенностей внешнего вида, имеющая значение для характеристики наблюдаемого человека составлена Н.И. Евсиковой¹:

«Основные особенности внешнего вида, имеющие значение для характеристики наблюдаемого человека:

- стиль одежды испытуемого;
- стиль прически испытуемого;
- насколько он стремится в своем внешнем облике «быть таким как все» или выделяться, привлекать к себе внимание;
- равнодушен к своему виду или придает ему особое значение».

На основании модели особенностей внешнего вида человека выберем следующие структурные элементы наблюдаемого внешнего вида испытуемого:

- вид одежды в наблюдаемых ситуациях;
- вид обуви в наблюдаемых ситуациях;
- состояние прически в наблюдаемых ситуациях;
- стремление выделиться в наблюдаемых ситуациях.

2. Определим следующие единицы (индикаторы) наблюдения.

Вид одежды в наблюдаемых ситуациях:

- соответствие ситуации;
- уровень аккуратности;
- вид новизны.

Вид обуви в наблюдаемых ситуациях:

Вид обуви:

- уровень соответствия одежде;
- уровень чистоты.

¹ Экспериментальная психология: практикум / под ред. С.Д. Смирнова, Т.В. Корниловой. М., 2002. С. 136-137.

Прическа:

- соответствие ситуации;
- уровень аккуратности.

Стремление выделиться в наблюдаемых ситуациях:

- уровень стремления выделиться;
- реакция на случаи, когда кто-то отметил особенности внешнего вида испытуемого.

3. Планируется наблюдение за испытуемыми осуществлять в следующих ситуациях:

- в домашней обстановке *во время вечернего просмотра телепередачи;*
- во внедомашней обстановке *во время совместного посещения магазина.*

4. Вопросы, которые будут заданы испытуемому *во время вечернего просмотра телепередачи:*

- *об отношении испытуемого к собственному внешнему виду в домашней ситуации;*
- *о причинах просмотра этой телепередачи.*

Вопросы, которые будут заданы испытуемому *во время совместного посещения магазина:*

- *об отношении испытуемого к собственному внешнему виду в магазине;*
- *о причинах посещения этого магазина.*

5. В процессе наблюдения планируется:

- сделать фотографии внешнего вида испытуемых в наблюдаемых ситуациях;
- сделать видеозапись ответов испытуемых на вопросы, задаваемые в процессе наблюдения;
- зафиксировать процесс наблюдения для каждого испытуемого для каждой ситуации наблюдения на отдельных листах бумаги в дневнике наблюдения.

Пример подготовки наблюдения проявляемых коммуникативных способностей человека

1. Теоретическая модель проявляемых коммуникативных способностей, имеющая значение для характеристики наблюдаемого человека составлена С.Д. Некрасовым в исследованиях об-

решения человеком компетентности бытия. Под компетентностью бытия понимаются обретенные человеком знания и способности, необходимые для решения различных задач, в том числе коммуникативных, когнитивных, созидательных и рефлексивных.

Коммуникативные способности человека рассматриваются, как способности человека решать задачи общения с Другими. К коммуникативным способностям относятся способности «быть понятым Другими, как в устном, так и письменном общении, пониманию сообщений Других, соблюдению норм общения»¹.

На основании модели коммуникативных способностей человека выберем следующие структурные элементы наблюдаемых коммуникативных способностей испытуемого:

- способность испытуемого быть понятым Другим;
- способность испытуемого понимать Другого;
- способность испытуемого соблюдать нормы общения с Другими.

3. Определим следующие единицы (индикаторы) наблюдения.

Способность испытуемого быть понятым Другим:

- способность испытуемого понятно формулировать свои суждения;
- способность испытуемого кратко формулировать свои суждения.

Способность испытуемого понимать Другого:

- способность испытуемого не прерывая выслушивать суждения Другого;
- способность испытуемого понятно задавать вопросы Другому о содержании услышанного сообщения.

Соблюдение испытуемым норм речевого этикета в общении с Другим.

¹ Некрасов С.Д. Влияние образовательной среды школы на обретение школьником учебной компетентности на разных ступенях образования // Пространство современного образования / науч. ред. Э.Г. Малиночка., Краснодар, 2009. Д. С. 88.

3. Планируется наблюдение за испытуемыми осуществлять во внедомашней обстановке *во время обсуждения возможной покупки в магазине.*

4. Вопросы, которые будут заданы испытуемому *во время обсуждения возможной покупки в магазине:*

- *о цели покупки;*
- *о соблюдении продавцами магазина норм общения с покупателями;*

- *о причинах выбора этой покупки.*

5. В процессе наблюдения планируется фиксировать процесс наблюдения для каждого испытуемого наблюдения на отдельных листах бумаги в дневнике наблюдения.

2.3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ НАБЛЮДЕНИЯ

В процессе проведения наблюдения важно подробно фиксировать в **дневнике наблюдения** полученные значения по каждой единице наблюдения. Записываются подробные ответы на вопросы, которые заданы испытуемому в процессе наблюдения.

Для повышения валидности исследования при проведении наблюдения рекомендуется соблюдать следующие требования:

- не влиять на ситуацию наблюдения, а довольствоваться тем, что предлагает ситуация;

- непредвзято регистрировать единицы наблюдения, независимо от того, что известно исследователю об испытуемом, независимо от собственных ожиданий тех или иных результатов;

- одинаково соблюдать условия наблюдения для всех испытуемых (либо все не знают, что за ними осуществляется наблюдение, либо все знают, что за ними осуществляется наблюдение);

- соблюдать этический кодекс психолога, в том числе, не причинение вреда испытуемому, сведение к минимуму вторжения в чужую жизнь, конфиденциальность полученной информации и др.

Во время наблюдения возникают ситуации, которые не учтены при подготовке наблюдения. Необходимо в **дневнике наблюдения** привести описание этих ситуаций в разделе «Дополнительные данные», где в произвольной форме фиксируются возникшие эмпирические факты.

2.4. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЗАПОЛНЕНИЮ ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЯ

Общие рекомендации

Заполнение дневника наблюдения – важный этап протоколирования так называемых *сырых* данных наблюдаемого свойства испытуемого.

Дневник наблюдения представляет собой совокупность листов бумаги (тетрадь, блокнот), на которые заносятся сырые данные наблюдаемого свойства испытуемого.

Рекомендуется сырые данные наблюдаемого свойства для каждого испытуемого заполнять на разных листах бумаги.

Каждый лист дневника наблюдения рекомендуется начинать со следующей записи.

Дата наблюдения «__» _____ г.

Возраст испытуемого ____ лет.

Пол (имя испытуемого) _____

Наблюдаемое свойство _____

(внешний вид человека, коммуникативные способности человека).

Сырые данные для каждой единицы наблюдения заполняются по запланированной схеме наблюдения.

Пример листа наблюдения внешнего вида испытуемого в домашней обстановке

Дата наблюдения «__» _____ г.

Возраст испытуемого ____ лет.

Пол (имя испытуемого) _____

Наблюдаемое свойство: внешний вид человека.

Описание ситуации наблюдения: *совместный вечерний просмотр телепередачи* (домашняя обстановка).

Время наблюдения: началось в ____, завершилось в ____.

Краткое описание одежды _____

Соответствие одежды ситуации:

- а) полностью соответствует;
- б) частично соответствует;
- в) мало соответствует.

Уровень аккуратности одежды:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Вид новизны одежды:

- а) традиционная;
- б) современная.

Краткое описание обуви _____

Соответствие обуви одежде:

- а) полностью соответствует;
- б) частично соответствует;
- в) мало соответствует.

Уровень чистоты обуви:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Краткое описание прически _____

Вид прически:

- а) аккуратная;
- б) не аккуратная.

Стремление выделиться в наблюдаемых ситуациях:

Уровень стремления выделиться:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Описание случаев, когда кто-то отметил особенности внешнего вида испытуемого _____

Описание реакция испытуемого на случаи, когда кто-то отметил особенности его внешнего вида _____

Ответы на вопросы, которые заданы испытуемому в процессе наблюдения *во время вечернего просмотра телепередачи:*

– *об отношении испытуемого к собственному внешнему виду в домашней ситуации* _____

– *о причинах просмотра этой телепередачи* _____

Дополнительные данные (эмпирические факты, возникшие во время наблюдения) _____

Пример листа наблюдения внешнего вида испытуемого во внедомашней обстановке

Дата наблюдения «__» _____ Г.

Возраст испытуемого _____ лет.

Пол (имя испытуемого) _____

Наблюдаемое свойство: внешний вид человека.

Описание ситуации наблюдения: *совместное посещение магазина* (внедомашняя обстановка).

Время наблюдения: началось в _____, завершилось в _____.

Краткое описание одежды _____

Соответствие одежды ситуации:

- а) полностью соответствует;
- б) частично соответствует;
- в) мало соответствует.

Уровень аккуратности одежды:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Вид новизны одежды:

- а) традиционная;
- б) современная.

Краткое описание обуви _____

Соответствие обуви одежде:

- а) полностью соответствует;
- б) частично соответствует;
- в) мало соответствует.

Уровень чистоты обуви:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Краткое описание прически _____

Вид прически:

- а) аккуратная;
- б) не аккуратная.

Стремление выделиться в наблюдаемых ситуациях:

Уровень стремления выделиться:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Описание случаев, когда кто-то отметил особенности внешнего вида испытуемого _____

Описание реакция испытуемого на случаи, когда кто-то отметил особенности его внешнего вида _____

Ответы на вопросы, которые заданы испытуемому в процессе наблюдения *во время совместного посещения магазина:*

– *об отношении испытуемого к собственному внешнему виду в магазине* _____

_____;

– *о причинах посещения этого магазина* _____

Дополнительные данные (эмпирические факты, возникшие во время наблюдения) _____

Пример листа наблюдения коммуникативных способностей испытуемого

Дата наблюдения «__» _____ Г.

Возраст испытуемого ____ лет.

Пол (имя испытуемого) _____

Наблюдаемое свойство: коммуникативные способности человека.

Описание ситуации наблюдения: *обсуждение возможной покупки в магазине* (внедомашняя обстановка).

Время наблюдения: началось в ____, завершилось в ____.

Содержание суждения испытуемого *о возможной покупке*

Уровень способности испытуемого понятно формулировать свои суждения:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Способность испытуемого кратко формулировать свои суждения.

- а) способен;
- б) неспособен.

Содержание суждения Другого *о возможной покупке*

Уровень способности испытуемого не прерывая выслушивать суждения Другого:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Уровень способности испытуемого понятно задавать вопросы Другому о содержании услышанного сообщения:

- а) низкий;
- б) средний;
- в) высокий.

Соблюдение испытуемым норм речевого этикета в общении с *продавцами*:

- а) приветствие _____;
- б) просьба продавцу о товаре _____;
- в) благодарность _____;
- г) прощание _____;
- д) другие нормы _____.

Ответы на вопросы, которые заданы испытуемому в процессе наблюдения во время покупки в магазине:

– *о цели покупки*

_____;

– *о соблюдении продавцами магазина норм общения с покупателями* _____;

– *о причинах выбора этой покупки.*

_____.

Дополнительные данные (эмпирические факты, возникшие во время наблюдения) _____

2.5. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОПИСАНИЮ ЧАСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА ИСПЫТУЕМОГО ПО НАБЛЮДАЕМЫМ ЭМПИРИЧЕСКИМ ФАКТАМ

Общие рекомендации

Анализ сырых данных дневника наблюдения рекомендуется проводить для каждого испытуемого отдельно.

Начинают с выделения единиц наблюдения, имеющих одинаковые значения для разных ситуаций для одного испытуемого. Проводится описание соответствующих эмпирических фактов об общепсихологических свойствах человека независимых от ситуации.

Далее, выделяют единицы наблюдения, имеющие различные значения для разных ситуаций. Проводится описание соответствующих эмпирических фактов о специфических психологических свойствах человека, проявляемых в разных ситуациях.

Психологический портрет испытуемого составляется путем общения полученных эмпирических фактов по следующей схеме:

- описываются общие свойства испытуемого в каждой ситуации;
- описываются свойства испытуемого специфические для одной ситуации.

Пример описания части психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики наблюдения

В июне 2015 г. была составлена часть психологического портрета женщины, возраст которой около 45 лет, по фактам, полученным с помощью методики наблюдения.

Краткие биографические данные: замужняя женщина, возраст которой около 45 лет, работает бухгалтером. Имеет дочь студентку, возраста 18 лет.

Опишем общие свойства внешнего вида испытуемой в различных наблюдаемых ситуациях (посещение магазина и приготовления обеда на кухне). Одежда полностью соответствует ситуации, обувь всегда чистая и полностью соответствует одежде, прическа аккуратная. Предпочитает традиционную одежду дома и вне дома. Если замечает недостатки внешнего вида, то сразу устраняет их. В любых ситуациях она не стремится выделиться. Проявляет позитивное отношение к внешнему вниманию со стороны любого человека, благодарит его за это.

Специфические свойства внешнего вида испытуемой зависят от ситуации ее бытия. Во внедомашней обстановке (посещение магазина) она больше внимания по сравнению домашней обстановкой (приготовление обеда на кухне) уделяет собственной одежде и обуви, собственной прическе. Так если дома уровень аккуратности одежды может быть средним или низким, то вне дома только высоким, об этом свидетельствуют ее ответы на вопросы в ходе наблюдения.

Опишем коммуникативные способности испытуемой при обсуждении *возможной покупки*.

Она имеет высокий уровень способности понятно и кратко формулировать свои суждения о достоинствах и недостатках *возможной покупки*. Имеет средний уровень способности испытуемого не прерывая выслушивать суждения Другого о достоинствах и недостатках *возможной покупки*, низкий уровень способности испытуемой понятно задавать вопросы Другому о содержании услышанного сообщения.

При общении испытуемой с *продавцами* и собственной дочерью отмечено различие соблюдение испытуемым норм речевого этикета. Если в общении с продавцами отмечено терпеливое вежливое общение, использования традиционных слов приветствия и прощания (здравствуйте, до свидания), просьбы (пожалуйста, покажите этот товар), благодарности (благодарю), сдерживание эмоциональных проявлений отношения. То в общении с собственной дочерью была иногда эмоционально несдержанная в обсуждении цели покупки.

3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОЛУЧЕНИЮ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ С ПОМОЩЬЮ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК

3.1. СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ ОПРОСА

1. Подготовка к применению психодиагностических методик.
– «16-факторный личностный опросник (16 PF)» Р. Кеттелла;
– «Самоактуализационный тест (САТ)» Л.Я. Гозмана, М.В. Кроза, М.В. Латинской.
2. Проведение опросов испытуемых с помощью психодиагностических методик.
3. Протоколирование в EXCEL результатов опроса.
4. Вычисление в EXCEL значений шкал методик.
5. Описание части психологического портрета испытуемых, полученных с помощью опроса.

3.2. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ОПРОСУ

Общие рекомендации

1. Изучаются приведенные в пособии краткие теоретические обоснования методики 16 PF и методики САТ.
2. Составляются собственные краткие определения:
– структуры черт личности человека по Р. Кеттеллу;
– структуры самоактуализации личности человека по Л.Я. Гозману, М.В. Крозу, М.В. Латинской.
3. Готовятся бланки для испытуемых методики 16 PF и методики САТ. Планируется время и место проведения опроса испытуемых.

Краткие теоретические обоснования методики 16 PF

Согласно теории черт личности, созданной Р. Кеттеллом, «черты личности представляют собой относительно постоянные тенденции реагировать определенным образом в разных ситуациях и в разное время. Спектр действия этих тенденций чрезвычайно велик. Иначе говоря, черты представляют собой гипотетиче-

ские психические структуры, обнаруживающиеся в поведении, которые обуславливают предрасположенность поступать единообразно в различных обстоятельствах и с течением времени. Черты личности отражают устойчивые и предсказуемые психологические характеристики»¹. Основные черты личности Р. Кеттелл классифицировал эмпирически на шестнадцать биполярных факторов и разработал методику для их измерения у испытуемых.

Методика получила название «16-факторный личностный опросник (16 PF)» Р. Кеттелла. Каждый фактор обозначен соответствующей латинской буквой, имеет краткое наименование и содержательное описание полярных значений выраженных черт личности.

Полярность значений каждого фактора не имеет негативных или позитивных значений, так как каждая черта может быть отдельным свойством личности какого-либо человека, а не оценочной характеристикой этого человека.

***Значения факторов методики
«16-факторный личностный опросник (16 PF)» Р. Кеттелла***

Знак	Черта личности, соответствующая низкому значению фактора	Черта личности, соответствующая высокому значению фактора
A	Скрытный, необщительный.	Открытый, общительный.
B	Конкретно мыслящий, медленно соображающий.	Абстрактно мыслящий, быстро соображающий.
C	Эмоционально неустойчивый, мало способен управлять своими чувствами.	Эмоционально устойчивый, хорошо способен управлять своими чувствами.
E	Покорный, послушный, уступчивый.	Доминирующий, властный, неуступчивый.
F	Рассудительный, неторопливый, серьезный.	Безрассудный, торопливый, несерьезный.
G	Безответственный, пренебрегающий правилами, беспринципный.	Ответственный, соблюдающий правила, принципиальный.

¹ Холл К.С., Линдсей Г. Теории личности. М., 1997. С.308

Знак	Черта личности, соответствующая низкому значению фактора	Черта личности, соответствующая высокому значению фактора
H	Нерешительный, неуверенный, социально робкий.	Решительный, уверенный, социально смелый.
I	Жесткий, суровый, мужественный.	Мягкий, нежный, женственный.
L	Доверчивый, откровенный, неревнивый.	Подозрительный, неоткровенный, ревнивый.
M	Практичный, несклонный к фантазиям, внимателен к мелочам.	Склонный к фантазиям, непрактичный, рассеянный.
N	Прямолинейный, наивный, естественный.	Дипломатичный, искусственный, искусственный.
O	Склонный к спокойствию, к беспечности.	Склонный к тревожности, к чувству вины.
Q1	Консервативный, уважающий традиции.	Радикальный, склонный к новациям.
Q2	Конформист, нуждается в поддержке группы.	Нонконформист, независим от мнения группы.
Q3	Непунктуальный, имеет низкий самоконтроль.	Пунктуальный, имеет высокий самоконтроль.
Q4	Несдержанный, расслабленный, вялый.	Сдержанный, собранный, энергичный.

Краткие теоретические обоснования методики САТ

Согласно теории мотивации А. Маслоу самоактуализация «относится к желанию людей реализовать себя, а именно к склонности проявить в себе то, что в них заложено потенциально. Эта склонность может быть определена как желание в большей степени проявить присущие человеку отличительные черты, чтобы достигнуть всего, на что он способен. Конкретное воплощение, которое принимают эти потребности, разумеется, отличается значительным разнообразием в зависимости от личности. ... общим свойством потребностей в самоактуализации является то, что их появление обычно опирается на некоторую предварительную удовлетворенность физиологических потребностей, а также потребностей в безопасности, любви и уважении»¹.

¹ Маслоу А. Мотивация и личность. СПб., 2007. С. 68.

На основе концепции мотивации Э. Шостромом был разработан опросник личностных ориентаций, адаптация которого в России была осуществлена Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозманом, М.В. Загикой, М.В. Крозом.

Была создана оригинальная методика, получившая название «Самоактуализационный тест (САТ)»¹.

**Значения шкал методики
«Самоактуализационный тест (САТ)»**

Знак	Название шкалы	Свойство личности, соответствующее низкому значению	Свойство личности, соответствующее высокому значению
А	Ориентации во времени	У человека дискретное восприятие своего жизненного пути; настоящее для него – фатальное следствие прошлого или подготовка к будущей «настоящей жизни».	Человек способен переживать настоящий момент своей жизни во всей ее полноте, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего.
Б	Поддержки	У человека высокая степень зависимости, конформизма, несамостоятельности, внешнего локуса контроля – «извне направляемая личность».	Человек относительно независим в своих поступках, стремится руководствоваться в жизни собственными целями и принципами в согласовании с групповыми нормами; он мало подвержен внешнему влиянию – «изнутри направляемая личность».
В	Ценностных ориентаций	Человек мало разделяет ценности, присущие самоактуализирующейся личности.	Человек сильно разделяет ценности, присущие самоактуализирующейся личности.

¹ Гозман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. Самоактуализационный тест. М., 1993.

Знак	Название шкалы	Свойство личности, соответствующее низкому значению	Свойство личности, соответствующее высокому значению
Г	Гибкости поведения	У человека низкая степень гибкости поведения в реализации своих ценностей, взаимодействии с людьми, он мало способен быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию.	У человека высокая степень гибкости поведения в реализации своих ценностей, взаимодействии с людьми, он способен быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию.
Д	Сензитивности к себе	Человек плохо отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, плохо ощущает и рефлексировывает их.	Человек хорошо отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, хорошо ощущает и рефлексировывает их.
Е	Спонтанности	Человек малоспособен спонтанно и непосредственно выражать свои чувства.	Человек способен спонтанно и непосредственно выражать свои чувства.
Ж	Самоуважения	Человек малоспособен ценить свои достоинства, положительные свойства, уважать себя за них.	Человек способен ценить свои достоинства, положительные свойства, уважать себя за них.
З	Самопринятия	У человека низкая степень принятия себя таким, как есть, он зависим от оценки своих достоинств и недостатков.	У человека высокая степень принятия себя таким, как есть, вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков, возможно, вопреки последним.
И	Представлений о природе человека	У человека низкая степень склонности воспринимать природу человека в целом как положительную: «люди в своей массе мало добры».	У человека высокая степень склонности воспринимать природу человека в целом как положительную: «люди в своей массе скорее добры».

Бланк методики «Личностный опросник 16 PF»

Дата наблюдения «__» _____ Г.

Возраст испытуемого _____ лет.

Пол (имя испытуемого) _____

Инструкция. Вам предлагается ответить на ряд вопросов, выбрав один из трех вариантов ответа «а», «b» или «с».

Внимательно прослушайте (прочитайте) вопрос и варианты ответов на него. Выберите из трех вариантов ответа «а», «b» или «с», тот который соответствует вашей точке зрения.

На бланке ответов рядом с номером ответа поставьте знак «+» в ячейке с соответствующей буквой.

Не тратьте времени на раздумья, давайте первый естественный ответ, который приходит Вам в голову; старайтесь избегать промежуточных, «неопределенных» ответов; не пропускайте ничего, обязательно отвечайте на все вопросы подряд.

Бланк ответов

№	a	b	c	№	a	b	c	№	a	b	c	№	a	b	c	№	a	b	c	№	a	b	c	№	a	b	c				
1				26				51				76				101				126				151				176			
2				27				52				77				102				127				152				177			
3				28				53				78				103				128				153				178			
4				29				54				79				104				129				154				179			
5				30				55				80				105				130				155				180			
6				31				56				81				106				131				156				181			
7				32				57				82				107				132				157				182			
8				33				58				83				108				133				158				183			
9				34				59				84				109				134				159				184			
10				35				60				85				110				135				160				185			
11				36				61				86				111				136				161				186			
12				37				62				87				112				137				162				187			
13				38				63				88				113				138				163							
14				39				64				89				114				139				164							
15				40				65				90				115				140				165							
16				41				66				91				116				141				166							
17				42				67				92				117				142				167							
18				43				68				93				118				143				168							
19				44				69				94				119				144				169							
20				45				70				95				120				145				170							
21				46				71				96				121				146				171							
22				47				72				97				122				147				172							
23				48				73				98				123				148				173							
24				49				74				99				124				149				174							
25				50				75				100				125				150				175							

Вопросы личностного опросника 16 PF¹

1. Я хорошо понял инструкцию, которую только что прочитал:
а) да; б) не уверен; с) нет.
2. И готов отвечать на каждый вопрос так искренне, как только возможно:
а) да; б) не уверен; с) нет.
3. Я бы предпочел временами жить в доме, который находится:
а) в обжитом городе; б) нечто среднее; с) одиноко в глухих лесах.
4. Я чувствую в себе достаточно сил, чтобы справиться со своими трудностями:
а) всегда; б) обычно; с) редко.
5. Я чувствую некоторое беспокойство при виде диких животных, даже если они находятся в прочных клетках:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
6. Я воздерживаюсь от критики людей и их высказываний:
а) всегда; б) иногда; с) никогда.
7. Я делаю саркастические (язвительные) замечания по поводу людей, если они этого, по-моему, заслуживают:
а) обычно; б) иногда; с) никогда.
8. Мне больше нравится классическая, чем эстрадная музыка:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
9. Если бы я увидел дерущимися соседских детей, то я:
а) дал бы им возможность договориться самим;
б) не знаю, что предпринял бы;
с) рассудил бы их.
10. При общении с людьми я:
а) с готовностью вступаю в разговор;
б) нечто среднее;
с) предпочитаю спокойно оставаться в стороне.
11. По-моему, интереснее быть:
а) инженером-строителем чем драматургом;
б) не знаю, что предпочесть;
с) драматургом чем инженером-строителем.
12. Я остановился бы на улице скорее, чтобы посмотреть на работу художника, чем слушать, как ссорятся люди:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.

¹ Опросник Кеттелла (16-PF). URL: <http://azps.ru/tests/16pf.html/>

13. Обычно я могу ладить с самодовольными людьми, несмотря на то, что они хвастаются или слишком много о себе воображают:
а) да; б) не уверен; в) нет.
14. По лицу человека всегда можно заметить, что он нечестный:
а) да; б) не уверен; в) нет.
15. Было бы хорошо, если бы отпуск (каникулы) был более продолжителен, и каждый был бы обязан его использовать:
а) согласен; б) не уверен; в) не согласен.
16. Я предпочел бы работу с возможно большим, но непостоянным заработком, чем работу со скромным, но постоянным окладом:
а) согласен; б) не уверен; в) не согласен.
17. Я говорю о своих чувствах:
а) только если это необходимо;
б) нечто среднее;
в) охотно, когда представится возможность.
18. Время от времени у меня возникает чувство неопределенной опасности или внезапного страха по непонятным причинам:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
19. Когда меня неправильно критикуют за что-то, в чем я не виноват, я:
а) не испытываю чувства вины;
б) нечто среднее;
в) все же чувствую себя немного виноватым.
20. За деньги можно купить почти все:
а) да; б) не уверен; в) нет.
21. Моим решением руководит больше:
а) сердце;
б) сердце и разум в равной степени;
в) разум.
22. Большинство людей были бы больше счастливы, если бы они были ближе друг к другу и поступали так же, как все:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
23. Иногда, когда я смотрю в зеркало, мне трудно разобраться, где у меня правая, а где левая сторона:
а) верно; б) не уверен; в) неверно.
24. При разговоре я предпочитаю:
а) высказывать свои мысли так, как они приходят мне в голову;
б) нечто среднее;
в) сначала сформулировать получше свои мысли.

25. После того как меня что-то сильно рассердит, я довольно быстро успокаиваюсь:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
26. При одинаковом рабочем времени и зарплате было бы интереснее работать:
а) плотником;
б) не уверен;
с) официантом.
27. На общественные должности меня выбирали:
а) очень редко; б) иногда; с) много раз.
28. «Лопата» относится к «копать», как «нож» относится к:
а) «острый»; б) «резать»; с) «указывать».
29. Иногда я не могу заснуть потому что какая-нибудь мысль не выходит из головы:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
30. В своей жизни я почти всегда достигаю поставленных целей:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
31. Устаревший закон следует изменить:
а) только после основательного обсуждения;
б) нечто среднее;
с) как можно скорее.
32. Я чувствую себя «не в своей тарелке», когда мне дело требует быстрых действий, результаты которых могут повлиять на других людей:
а) верно; б) нечто среднее; с) неверно.
33. Большинство знакомых считают меня интересным рассказчиком:
а) да; б) не уверен; с) нет.
34. Когда я вижу неряшливых, неопрятных людей, я:
а) принимаю их такими, как они есть;
б) нечто среднее;
с) испытываю отвращение и возмущение.
35. Я чувствую себя немного не по себе, если неожиданно оказываюсь в центре внимания группы людей:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
36. Я всегда рад оказаться среди людей, например, в гостях, на танцах, коллективной встрече:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
37. В школе я предпочитал (или предпочитаю):
а) заниматься музыкой или пением;
б) нечто среднее;
с) выпиливать и мастерить что-либо.

38. Если меня назначают руководителем чего-либо, я настаиваю на том, чтобы мои указания выполнялись, иначе я отказываюсь от этой работы:
а) да; б) иногда; с) нет.
39. Важнее, чтобы родители:
а) помогали детям развивать свои чувства;
б) нечто среднее;
с) обучали детей сдерживать свои чувства.
40. Участвуя в групповой деятельности, я бы предпочел:
а) постараться улучшить организацию работы;
б) нечто среднее;
с) следить за результатами и соблюдением правил.
41. Время от времени у меня появляется потребность в интересной физической деятельности:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
42. Я предпочел бы скорее общаться с вежливыми людьми, чем с грубоватыми и любящими возражать:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
43. Я чувствую себя очень униженным, когда меня критикуют в присутствии группы людей:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
44. Если меня вызывает начальство, то я:
а) пользуюсь случаем, чтобы попросить о чем-то нужном мне;
б) нечто среднее;
с) боюсь, что это связано с какой-нибудь оплошностью в моей работе.
45. В наше время требуется:
а) больше спокойных, солидных людей;
б) не уверен;
с) больше «идеалистов», планирующих лучшее будущее.
46. При чтении я сразу замечаю, когда автор произведения хочет меня в чем-то убедить:
а) да; б) не уверен; с) нет.
47. В юности я принимал участие в нескольких спортивных мероприятиях:
а) довольно часто; б) иногда; с) очень редко.
48. Я поддерживаю порядок в моей комнате, все вещи всегда лежат на своих местах:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.

49. Иногда у меня возникает чувство напряжения и беспокойства, когда я вспоминаю, что произошло в течение дня:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
50. Иногда я сомневаюсь, действительно ли люди, с которыми я разговариваю, интересуются тем, что я говорю:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
51. Если бы пришлось выбирать, то я предпочел бы быть:
а) лесником; б) не уверен; с) учителем средней школы.
52. На праздники и дни рождения я:
а) люблю делать подарки;
б) неопределенно;
с) считаю, что делать подарки – довольно неприятная вещь.
53. «Усталый» так относится к «работа», как «гордый» к:
а) «улыбка»; б) «успех»; с) «счастливый».
54. Какой из следующих предметов по существу отличается от двух других:
а) свеча; б) луна; с) электрический свет.
55. Друзья меня подводили:
а) почти никогда; б) иногда; с) довольно часто.
56. У меня есть качества, по которым я определенно выше большинства людей:
а) да; б) не уверен; с) нет.
57. Когда я расстроен, я стараюсь скрыть свои чувства от других:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
58. Я склонен посещать зрелищные мероприятия и развлечения:
а) чаще, чем раз в неделю (т.е. чаще, чем большинство);
б) примерно раз в неделю (т.е. как большинство);
с) реже, чем раз в неделю (т.е. реже, чем большинство).
59. Я считаю, что возможность вести себя непринужденно важнее, чем хорошие манеры и уважение к существующим правилам поведения:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
60. Обычно я молчу в присутствии старших по возрасту, опыту и положению:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
61. Мне трудно говорить или декламировать перед большой группой людей:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
62. Я хорошо ориентируюсь в незнакомом месте (мне легко сказать, где север – восток – юг – запад):
а) да; б) нечто среднее; с) нет.

63. Если кто-нибудь рассердится на меня, то я:
а) постараюсь его успокоить;
б) не знаю, что предпринять;
с) раздражаюсь.
64. Встречаясь с несправедливостью, я скорее склонен забыть об этом, чем реагировать:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
65. Из моей памяти часто выпадают несущественные тривиальные вещи, например, названия улиц, магазинов:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
66. Мне бы понравилась жизнь ветеринара, лечение и операции на животных:
а) да; б) не уверен; с) нет.
67. Я ем со вкусом, не всегда так аккуратно и тщательно как другие люди:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
68. Бывают времена, когда у меня нет настроения видеть кого бы то ни было:
а) почти никогда; б) иногда; с) довольно часто.
69. Иногда меня предупреждают о том, что в моем голосе и манерах слишком проявляется возбуждение:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
70. В юности, если я расходился во мнении с родителями, то я:
а) оставался при своем мнении;
б) нечто среднее;
с) соглашался с их авторитетом.
71. Я предпочел бы заниматься самостоятельной работой, а не совместной с другими:
а) да; б) не уверен; с) нет.
72. Мне бы больше понравилась спокойная жизнь, чем слава и шумный успех:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
73. В большинстве случаев я чувствую себя зрелым человеком:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
74. Замечания в мой адрес, которые позволяют себе некоторые люди, меня больше расстраивают, чем помогают:
а) часто; б) иногда; с) никогда.
75. Я всегда способен управлять проявлением своих чувств:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.

76. Начиная работу над полезным изобретением, я бы предпочел:
а) разрабатывать его в лаборатории;
б) нечто среднее;
с) заниматься его практической реализацией.
77. «Удивление» так относится к «странный», как «страх» относится к:
а) «смелый»;
б) «тревожный»;
с) «ужасный».
78. Которая из следующих дробей отличается от двух других:
а) $3/7$; б) $3/9$; с) $3/11$.
79. Кажется, некоторые люди игнорируют и избегают меня, хотя я не знаю, почему:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
80. Отношения ко мне людей не соответствуют моим добрым намерениям:
а) часто; б) иногда; с) никогда.
81. Употребление нецензурных выражений вызывает у меня возмущение, даже если не присутствуют лица другого пола:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
82. У меня определенно меньше друзей, чем у большинства людей:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
83. Я бы очень не хотел находиться в таком месте, где нет таких людей, с которыми можно поговорить:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
84. Люди иногда считают меня небрежным, хотя и думают, что я приятный человек:
а) да; б) не уверен; с) нет.
85. Волнение перед выступлением в присутствии многих людей я испытывал:
а) часто; б) иногда; с) никогда.
86. Когда я нахожусь в большой группе людей, то я предпочитаю молчать и предоставляю слово другим:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
87. Я предпочитаю читать:
а) реалистические описания военных и политических сражений;
б) нечто среднее;
с) роман, где много чувств и воображения.
88. Когда люди пытаются мною командовать, то я поступаю как раз наоборот:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.

89. Начальник или члены моей семьи критикуют меня только тогда, когда к этому действительно есть повод:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
90. На улицах или в магазинах мне не нравится, когда некоторые люди пристально разглядывают других:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
91. Во время длительной поездки я бы предпочел:
а) читать что-нибудь серьезное, но интересное;
б) неопределенно;
с) провести время, беседуя с кем-нибудь из пассажиров.
92. В ситуациях, которые могут стать опасными, я громко разговариваю, хотя это выглядит невежливо и нарушает спокойствие:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
93. Если знакомые плохо обращаются со мной и показывают свою неприязнь, то:
а) меня это совершенно не трогает;
б) нечто среднее;
с) я расстраиваюсь.
94. Я смущаюсь, когда меня хвалят или говорят мне комплименты:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
95. Я бы предпочел иметь работу:
а) с постоянным окладом;
б) нечто среднее;
с) с растущим окладом, который бы зависел от моей способности.
96. Чтобы быть информированным, я предпочитаю получать сведения:
а) в общении с людьми;
б) нечто среднее;
с) из информационных источников.
97. Мне нравится принимать активное участие в общественной работе:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
98. При выполнении задания я удовлетворяюсь только тогда, когда должное внимание будет уделено всем мелочам:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
99. Даже самые незначительные неудачи иногда меня слишком раздражают:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
100. Сон у меня всегда крепкий, я никогда не разговариваю во сне:
а) да; б) не уверен; с) нет.

101. Для меня интереснее работа, при которой:
- a) нужно разговаривать с людьми;
 - b) нечто среднее;
 - c) нужно заниматься счетами и записями.
102. «Размер» так относится к «длина», как «нечестный» к:
- a) «тюрьма»;
 - b) «грешный»;
 - c) «укравший».
103. «АБ» так относится к «ГВ», как «СР» относится к:
- a) «ПО»;
 - b) «ОП»;
 - c) «ТУ».
104. Когда люди ведут себя неразумно, то я:
- a) молчу;
 - b) не уверен;
 - c) высказываю свое презрение.
105. Если кто-нибудь громко разговаривает, когда я слушаю музыку:
- a) могу сосредоточиться на музыке, не отвлекаться;
 - b) нечто среднее;
 - c) чувствую, что это портит мне удовольствие и раздражает.
106. Меня лучше характеризовать как:
- a) вежливого и спокойного;
 - b) нечто среднее;
 - c) энергичного и напористого.
107. В общественных мероприятиях я принимаю участие только тогда, когда это нужно, а в иных случаях избегаю их:
- a) да;
 - b) не уверен;
 - c) нет.
108. Быть осторожным и не ждать хорошего лучше, чем быть оптимистом и всегда ждать успеха:
- a) верно;
 - b) не уверен;
 - c) неверно.
109. Думая о трудностях в своей работе, я:
- a) стараюсь планировать заранее, прежде чем встретить трудность;
 - b) нечто среднее;
 - c) считаю, что справлюсь с трудностями по мере того, как они возникнут.
110. Мне легко вступить в контакт с людьми во время различных общественных мероприятий:
- a) верно;
 - b) не уверен;
 - c) неверно.
111. Когда требуется немного дипломатии и умения убедить, чтобы побудить людей что-либо сделать, обычно об этом просят меня:
- a) верно;
 - b) не уверен;
 - c) неверно.
112. Интересно быть:
- a) консультантом, помогающим людям выбирать профессию;
 - b) нечто среднее;
 - c) экономистом.

113. Если я уверен, что человек несправедлив или ведет себя эгоистично, я указываю на это, даже если это связано с неприятностями:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
114. Иногда я говорю глупости ради шутки, чтобы удивить людей и посмотреть, что они на это скажут:
а) да; б) не уверен; с) нет.
115. Мне бы понравилось быть газетным критиком в разделе драмы, театра, концертов:
а) да; б) не уверен; с) нет.
116. У меня никогда не бывает потребности что-нибудь рисовать или вертеть в руках, ерзать на месте, когда приходится долго сидеть на собрании:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
117. Если кто-нибудь говорит мне что-то неправильное, то я скорее подумаю:
а) он – лжец; б) не уверен; с) по-видимому, он плохо информирован.
118. Я чувствую, что мне угрожает какое-то наказание, даже когда я ничего плохого не сделал:
а) часто; б) иногда; с) никогда.
119. Мнение о том, что болезнь также часто бывает от психических, как и от физических факторов, сильно преувеличено:
а) да; б) не уверен; с) нет.
120. Торжественность и величие традиционных церемоний следует сохранить:
а) да; б) не уверен; с) нет.
121. Мысль о том, что люди подумают, будто я веду себя необычно или странно, меня беспокоит:
а) очень; б) немного; с) совсем не беспокоит.
122. Выполняя какое-либо дело, я бы предпочел работать:
а) в составе коллектива;
б) не знаю, что выбрал бы;
с) самостоятельно.
123. У меня бывают периоды, когда мне трудно избавиться от чувства жалости к себе:
а) часто; б) иногда; с) никогда.
124. Часто я слишком быстро начинаю сердиться на людей:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.

125. Я всегда могу без труда изменить свои старые привычки и не возвращаться к прежнему:
а) да; б) не уверен; в) нет.
126. Если бы зарплата была одинаковой, то я предпочел бы быть:
а) адвокатом; б) не уверен; в) летчиком.
127. «Лучшее» так относится к «наихудшее», как «медленное» к:
а) «скорое»; б) «лучшее»; в) «быстрейшее».
128. Каким из приведенных ниже сочетаний следует продолжить буквенный ряд ROOOORPOOORPP:
а) OPPP; б) OOPP; в) POOO.
129. Когда приходит время осуществить то, что я планировал и на что надеялся, я обнаруживаю, что уже пропало желание делать это:
а) верно; б) нечто среднее; в) неверно.
130. Большею частью я могу продолжать работать тщательно, не обращая внимания на шум, создаваемый другими:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
131. Иногда я говорю посторонним вещи, кажущиеся мне важными, независимо от того, спрашивают ли они об этом:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
132. Много свободного времени я провожу в разговорах с друзьями о прошлых развлечениях, от которых я получал удовольствие:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
133. Мне нравится устраивать какие-нибудь смелые рискованные выходки «смеха ради»:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
134. Вид неубранной комнаты очень раздражает меня:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
135. Я считаю себя общительным открытым человеком:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
136. В общении я:
а) свободно проявляю свои чувства;
б) нечто среднее;
в) держу свои переживания «при себе».
137. Я люблю музыку:
а) легкую, живую; б) нечто среднее; в) чувствительную.
138. Красота поэмы восхищает меня больше, чем красота хорошо сделанного оружия:
а) да; б) не уверен; в) нет.

139. Если мое удачное замечание остается незамеченным окружающими, то я:
а) смирюсь с этим;
б) нечто среднее;
с) даю людям возможность услышать его еще раз.
140. Мне бы понравилось работать фотокорреспондентом:
а) да; б) не уверен; с) нет.
141. Нужно быть осторожным в общении с незнакомыми, так как можно, например, заразиться:
а) да; б) не уверен; с) нет.
142. В туристической поездке я бы предпочел быть под руководством экскурсовода, чем самому планировать маршрут:
а) да; б) не уверен; с) нет.
143. Меня справедливо считают упорным и трудолюбивым, но не слишком преуспевающим человеком:
а) да; б) не уверен; с) нет.
144. Если люди пользуются моим хорошим отношением в своих интересах, то я не возмущаюсь этим и вскоре об этом забываю:
а) верно; б) нечто среднее; с) неверно.
145. Если при обсуждении какого-либо вопроса среди участников возникает ожесточенный спор, то я предпочитаю:
а) увидеть, кто же «победил»;
б) нечто среднее;
с) чтобы спор разрешился мирно.
146. Я предпочитаю планировать что-либо самостоятельно, без вмешательства и предложений со стороны других:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
147. Иногда чувство зависти влияет на мои действия:
а) да; б) не уверен; с) нет.
148. Я твердо верю, что начальник может быть не всегда прав, но он всегда имеет право быть начальником:
а) да; б) не уверен; с) нет.
149. Когда я думаю обо всем, что еще предстоит сделать, у меня появляется чувство напряженности:
а) да; б) иногда; с) нет.
150. Когда зрители мне что-либо кричат во время игры, меня это не трогает:
а) верно; б) нечто среднее; с) неверно.

151. Интереснее быть:
а) художником;
б) не уверен;
с) организатором культурных развлечений.
152. Которое из следующих слов не относится к двум другим:
а) любые; б) некоторые; с) большинство.
153. «Пламя» так относится к «жар», как «роза» относится к:
а) «шип»; б) «красивые лепестки»; с) «аромат».
154. У меня бывают яркие сновидения, мешающие мне спать:
а) часто; б) иногда; с) практически никогда.
155. Если на пути к успеху стоят серьезные препятствия, я все-таки предпочитаю рискнуть:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
156. Когда я нахожусь в группе людей, приступающих к какой-то работе, то само собой получается, что я оказываюсь во главе их:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
157. Мне больше нравится в одежде спокойная корректность, чем бросающаяся в глаза индивидуальность:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
158. Мне больше нравится провести вечер за спокойным любимым занятием, чем в оживленной компании:
а) верно; б) не уверен; с) неверно.
159. Я не обращаю внимания на доброжелательные советы других, даже когда эти советы могли бы быть полезными:
а) редко; б) очень редко; с) никогда.
160. В своих поступках я всегда стараюсь придерживаться общепринятых правил поведения:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
161. Мне не очень нравится, когда смотрят, как я работаю:
а) да; б) нечто среднее; с) нет.
162. Иногда приходится применять силу, потому что не всегда возможно добиться результата с помощью утверждения:
а) верно; б) нечто среднее; с) неверно.
163. В школе я предпочитал (предпочитаю):
а) литературу; б) не уверен; с) математику.
164. Меня иногда огорчало, что обо мне за глаза отзывались неодобрительно без всяких к этому причин:
а) да; б) не уверен; с) нет.

165. Разговор с людьми, которые всегда придерживаются общепринятых правил и традиций:
- a) часто вполне интересен и содержателен;
 - b) нечто среднее;
 - c) раздражает меня, потому что ограничивается мелочами.
166. Некоторые вещи настолько раздражают меня, что предпочитаю вообще не говорить на эти темы:
- a) да;
 - b) нечто среднее;
 - c) нет.
167. В воспитании важнее:
- a) относиться к ребенку с достаточной любовью;
 - b) нечто среднее;
 - c) выработать нужные привычки и отношение к жизни.
168. Люди считают меня уравновешенным, спокойным человеком, которого не сильно трогают превратности судьбы:
- a) да;
 - b) нечто среднее;
 - c) нет.
169. Я считаю, что общество должно руководствоваться разумом и отбросить старые привычки или ненужные традиции:
- a) да;
 - b) не уверен;
 - c) нет.
170. Думаю, что в современном мире важнее разрешить:
- a) вопросы нравственности;
 - b) не уверен;
 - c) разногласия между странами мира.
171. Я лучше усваиваю материал:
- a) читая хорошо написанную книгу;
 - b) нечто среднее;
 - c) участвуя в обсуждении вопроса.
172. Я предпочитаю идти своим путем вместо того, чтобы действовать в соответствии с принятыми правилами:
- a) верно;
 - b) не уверен;
 - c) неверно.
173. Прежде чем выдвигать какой-либо аргумент, я предпочитаю подождать, пока не буду убежден, что я прав:
- a) да;
 - b) нечто среднее;
 - c) нет.
174. Мелочи иногда невыносимо «действуют мне на нервы», хотя я и понимаю, что они не существенны:
- a) да;
 - b) нечто среднее;
 - c) нет.
175. Под влиянием момента я редко говорю вещи, о которых потом очень сожалею:
- a) верно;
 - b) не уверен;
 - c) неверно.

176. Если бы меня попросили участвовать в организации торжества, то я бы:
- а) согласился;
 - б) не знаю, что бы сделал;
 - с) вежливо сказал, что занят.
177. Которое из следующих слов не подходит к двум другим словам:
- а) широкий;
 - б) зигзагообразный;
 - с) прямой.
178. «Скоро» так относится к «никогда», как «близко» к:
- а) «нигде»;
 - б) «далеко»;
 - с) «где-то».
179. Если я невольно нарушил правила поведения, находясь в обществе, то я вскоре забываю об этом:
- а) да;
 - б) нечто среднее;
 - с) нет.
180. Меня считают человеком, которому обычно в голову приходят хорошие идеи, когда нужно разрешить какую-либо проблему:
- а) да;
 - б) не уверен;
 - с) нет.
181. Я способен лучше проявить себя:
- а) в трудных ситуациях, когда нужно сохранить самообладание;
 - б) не уверен;
 - с) когда требуется умение ладить с людьми.
182. Меня считают человеком, полным энтузиазма:
- а) да;
 - б) нечто среднее;
 - с) нет.
183. Мне нравится работа, которая требует перемен, разнообразия, командировок, даже если она связана с некоторой опасностью:
- а) да;
 - б) нечто среднее;
 - с) нет.
184. Я довольно требовательный человек и всегда настаиваю на том, чтобы все делалось по возможности правильно:
- а) верно;
 - б) нечто среднее;
 - с) неверно.
185. Мне нравится работа, требующая добросовестного отношения, точных навыков и умений:
- а) да;
 - б) нечто среднее;
 - с) нет.
186. Я отношусь к типу энергичных людей, которые всегда заняты:
- а) да;
 - б) не уверен;
 - с) нет.
187. Я уверен в том, что не пропустил ни одного вопроса и на все ответил как следует:
- а) да;
 - б) не уверен;
 - с) нет.

Благодарим Вас за ответы!

Бланк методики «Самоактуализационный тест»

Дата наблюдения «__» _____ Г.

Возраст испытуемого _____ лет.

Пол (имя испытуемого) _____

Инструкция. Вам предлагается тест, каждый пункт которого содержит два утверждения, обозначенные буквами «а» и «б».

Внимательно прослушайте (прочитайте) каждую пару утверждений. Выберите из них утверждение, которое в большей степени соответствует Вашей точке зрения.

На бланке ответов рядом с номером утверждения поставьте знак «+» в ячейке с соответствующей буквой.

Бланк ответов

а	№	б	а	№	б	а	№	б	а	№	б	а	№	б	а	№	б			
	1			21			41			61			81			101			121	
	2			22			42			62			82			102			122	
	3			23			43			63			83			103			123	
	4			24			44			64			84			104			124	
	5			25			45			65			85			105			125	
	6			26			46			66			86			106			126	
	7			27			47			67			87			107				
	8			28			48			68			88			108				
	9			29			49			69			89			109				
	10			30			50			70			90			110				
	11			31			51			71			91			111				
	12			32			52			72			92			112				
	13			33			53			73			93			113				
	14			34			54			74			94			114				
	15			35			55			75			95			115				
	16			36			56			76			96			116				
	17			37			57			77			97			117				
	18			38			58			78			98			118				
	19			39			59			79			99			119				
	20			40			60			80			100			120				

Утверждения самоактуализационного теста (САТ)¹

1. а) Я верю в себя только тогда, когда чувствую, что могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.
б) Я верю в себя даже тогда, когда чувствую, что не могу справиться со всеми стоящими передо мной задачами.
2. а) Я часто внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
б) Я редко внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
3. а) Мне кажется, что человек может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
б) Мне кажется, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как ему хочется.
4. а) Я всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.
б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы для преодоления жизненных невзгод.
5. а) Я чувствую угрызения совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
6. а) В сложных ситуациях надо действовать уже испытанными способами, так как это гарантирует успех.
б) В сложных ситуациях надо всегда искать принципиально новые решения.
7. а) Для меня важно, разделяют ли другие мою точку зрения.
б) Для меня не слишком важно, чтобы другие разделяли мою точку зрения.
8. а) Мне кажется, что человек должен спокойно относиться к тому неприятному, что он может услышать о себе от других.
б) Мне понятно, когда люди обижаются, услышав что-то неприятное о себе.
9. а) Я могу безо всяких угрызений совести отложить до завтра то, что я должен сделать сегодня.
б) Меня мучают угрызения совести, если я откладываю до завтра то, что я должен сделать сегодня.
10. а) Иногда я бываю так зол, что мне хочется “бросаться” на людей.
б) Я никогда не бываю зол настолько, чтобы мне хотелось “бросаться” на людей.

¹ Гозман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. Самоактуализационный тест. М., 1995.

Самоактуализационный тест (САТ). URL:http://azps.ru/tests/tests_sat.html

11. а) Мне кажется, что в будущем меня ждет много хорошего.
б) Мне кажется, что мое будущее сулит мне мало хорошего.
12. а) Человек должен оставаться честным во всем и всегда.
б) Бывают ситуации, когда человек имеет право быть нечестным.
13. а) Взрослые никогда не должны сдерживать любознательность ребенка, даже если ее удовлетворение может иметь отрицательные последствия.
б) Не стоит поощрять излишнее любопытство ребенка, когда оно может привести к дурным последствиям.
14. а) У меня часто возникает потребность найти обоснование тем своим действиям, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.
б) У меня почти никогда не возникает потребности найти обоснование тех своих действий, которые я совершаю просто потому, что мне этого хочется.
15. а) Я всячески стараюсь избегать огорчений.
б) Я не стремлюсь всегда избегать огорчений.
16. а) Я часто испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.
б) Я редко испытываю чувство беспокойства, думая о будущем.
17. а) Я не хотел бы отступать от своих принципов даже ради того, чтобы совершить нечто, за что люди были бы мне благодарны.
б) Я хотел бы совершить нечто, за что люди были бы благодарны мне, даже если ради этого нужно было бы несколько отойти от своих принципов.
18. а) Мне кажется, что большую часть времени я не живу, а как будто готовлюсь к тому, чтобы по-настоящему начать жить в будущем.
б) Мне кажется, что большую часть времени я не готовлюсь к будущей "настоящей" жизни, а живу по-настоящему уже сейчас.
19. а) Обычно я высказываю и делаю то, что считаю нужным, даже если это грозит осложнениями в отношениях с другом.
б) Я стараюсь не говорить и не делать такого, что может грозить осложнениями в отношениях с другом.
20. а) Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, иногда меня раздражают.
б) Люди, которые проявляют повышенный интерес ко всему на свете, всегда вызывают у меня симпатию.
21. а) Мне не нравится, когда люди проводят много времени в бесплодных мечтаниях.
б) Мне кажется, что нет ничего плохого в том, что люди тратят много времени на бесплодные мечтания.

22. а) Я часто задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.
- б) Я редко задумываюсь о том, соответствует ли мое поведение ситуации.
23. а) Мне кажется, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.
- б) Я не думаю, что любой человек по природе своей способен преодолевать те трудности, которые ставит перед ним жизнь.
24. а) Главное в нашей жизни – это создавать что-то новое.
- б) Главное в нашей жизни – приносить людям пользу.
25. а) Мне кажется, что было бы лучше, если бы у большинства мужчин преобладали традиционно мужские черты характера, а у женщин – традиционно женские.
- б) Мне кажется, что было бы лучше, если бы и мужчины и женщины сочетали в себе и традиционно мужские, и традиционно женские свойства характера.
26. а) Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается прежде всего доставить удовольствие другому в противовес свободному выражению своих чувств.
- б) Два человека лучше всего ладят между собой, если каждый из них старается прежде всего выразить свои чувства в противовес стремлению доставить удовольствие другому.
27. а) Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, являются естественными проявлениями их человеческой природы.
- б) Жестокие и эгоистические поступки, которые совершают люди, не являются проявлениями их человеческой природы.
28. а) Осуществление моих планов в будущем во многом зависит от того, будут ли у меня друзья.
- б) Осуществление моих планов в будущем лишь в незначительной степени зависит от того, будут ли у меня друзья.
29. а) Я уверен в себе.
- б) Я не уверен в себе.
30. а) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является любимая работа.
- б) Мне кажется, что наиболее ценным для человека является счастливая семейная жизнь.
31. а) Я никогда не сплетничаю.
- б) Иногда мне нравится сплетничать.
32. а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.
- б) Я не могу мириться с противоречиями в самом себе.

33. а) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я чувствую себя обязанным ему.
б) Если незнакомый человек окажет мне услугу, то я не чувствую себя обязанным ему
34. а) Иногда мне трудно быть искренним даже тогда, когда мне этого хочется.
б) Мне всегда удается быть искренним, когда мне этого хочется.
35. а) Меня редко беспокоит чувство вины.
б) Меня часто беспокоит чувство вины.
36. а) Я постоянно чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
б) Я не чувствую себя обязанным делать все от меня зависящее, чтобы у тех, с кем я общаюсь, было хорошее настроение.
37. а) Мне кажется, что каждый человек должен иметь представление об основных законах физики.
б) Мне кажется, что многие люди могут обойтись без знания законов физики.
38. а) Я считаю необходимым следовать правилу “не трать времени даром”.
б) Я не считаю необходимым следовать правилу “не трать времени даром”.
39. а) Критические замечания в мой адрес снижают мою самооценку.
б) Критические замечания в мой адрес не снижают мою самооценку.
40. а) Я часто переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.
б) Я редко переживаю из-за того, что в настоящий момент не делаю ничего значительного.
41. а) Я предпочитаю оставлять приятное “на потом”.
б) Я не оставляю приятное “на потом”.
42. а) Я часто принимаю спонтанные решения.
б) Я редко принимаю спонтанные решения.
43. а) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства, даже если это может привести к каким-либо неприятностям.
б) Я стараюсь не выражать открыто своих чувств в тех случаях, когда это может привести к каким-либо неприятностям.
44. а) Я не могу сказать, что я себе нравлюсь.
б) Я могу сказать, что я себе нравлюсь.
45. а) Я часто вспоминаю о неприятных для меня вещах.
б) Я редко вспоминаю о неприятных для меня вещах.

46. а) Мне кажется, что люди должны открыто проявлять в общении с другими свое недовольство ими.
б) Мне кажется, что в общении с другими люди должны скрывать свое недовольство ими.
47. а) Мне кажется, что я могу судить о том, как должны вести себя другие люди.
б) Мне кажется, что я не могу судить о том, как должны вести себя другие люди.
48. а) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию является необходимым для настоящего ученого.
б) Мне кажется, что углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
- 49 а) При определении того, что хорошо, а что плохо, для меня важно мнение других людей.
б) Я стараюсь сам определить, что хорошо, а что плохо.
50. а) Мне бывает трудно отличить любовь от простого сексуального влечения.
б) Я легко отличаю любовь от простого сексуального влечения.
51. а) Меня постоянно волнует проблема самоусовершенствования.
б) Меня мало волнует проблема самоусовершенствования.
52. а) Достижение счастья не может быть целью человеческих отношений.
б) Достижение счастья – это главная цель человеческих отношений.
53. а) Мне кажется, я могу вполне доверять своим собственным оценкам.
б) Мне кажется, я не могу доверять в полной мере своим собственным оценкам.
54. а) При необходимости человек может достаточно легко избавиться от своих привычек.
б) Человеку крайне трудно избавиться от своих привычек.
55. а) Мои чувства иногда приводят в недоумение меня самого.
б) Мои чувства никогда не повергают меня в недоумение.
56. а) В некоторых случаях я считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным.
б) Я никогда не считаю себя вправе дать человеку понять, что он мне кажется глупым и неинтересным.
57. а) Можно судить со стороны, насколько счастливо складываются отношения между людьми.
б) Наблюдая со стороны, нельзя сказать, насколько удачно складываются отношения между людьми.

58. а) Я часто перечитываю понравившиеся мне книги по несколько раз.
б) Я думаю, что лучше прочесть какую-либо новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанному.
59. а) Я очень увлечен своей работой.
б) Я не могу сказать, что увлечен своей работой.
60. а) Я недоволен своим прошлым.
б) Я доволен своим прошлым.
61. а) Я чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
б) Я не чувствую себя обязанным всегда говорить правду.
62. а) Существует очень мало ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
б) Существует множество ситуаций, когда я могу позволить себе дурачиться.
63. а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают излишне бестактны.
б) Стремление разобраться в характере и чувствах окружающих естественно для человека и поэтому может оправдать бестактность.
64. а) Обычно я расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
б) Обычно я не расстраиваюсь из-за потери или поломки нравящихся мне вещей.
65. а) Я чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.
б) Я не чувствую себя обязанным поступать так, как от меня ожидают окружающие.
66. а) Интерес к самому себе всегда необходим для человека.
б) Излишнее самокопание иногда имеет дурные последствия.
67. а) Иногда я боюсь быть самим собой.
б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
68. а) Большая часть того, что мне приходится делать, доставляет мне удовольствие.
б) Лишь немного из того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
69. а) Лишь тщеславные люди думают о своих достоинствах и не думают о недостатках.
б) Не только тщеславные люди думают о своих достоинствах.
70. а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.
б) Я вправе ожидать от других, чтобы они оценили то, что я делаю для них.

71. а) Человек должен раскаиваться в своих поступках.
б) Человек совсем не обязательно должен раскаиваться в своих поступках.
72. а) Мне необходимы обоснования для принятия моих чувств.
б) Обычно мне не нужны никакие обоснования для принятия моих чувств.
73. а) В большинстве ситуаций я прежде всего хочу понять, чего хочу я сам.
б) В большинстве ситуаций я прежде всего пытаюсь понять, чего хотят окружающие.
74. а) Я стараюсь никогда не быть “белой вороной”.
б) Я позволяю себе быть “белой вороной”.
75. а) Когда я нравлюсь сам себе, мне кажется, что я нравлюсь всем окружающим.
б) Даже когда я нравлюсь сам себе, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
76. а) Мое прошлое в значительной степени определяет мое будущее.
б) Мое прошлое очень слабо определяет мое будущее.
77. а) Часто бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
б) Довольно редко бывает так, что выразить свои чувства важнее, чем обдумывать ситуацию.
78. а) Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы, так как они приносят пользу людям.
б) Те усилия и затраты, которых требует познание истины, оправданы хотя бы тем, что они доставляют человеку эмоциональное удовлетворение.
79. а) Мне всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
б) Мне не всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что я делаю.
80. а) Я доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
б) Я не доверяю тем решениям, которые я принимаю спонтанно.
81. а) Пожалуй, я могу сказать, что я живу с ощущением счастья.
б) Пожалуй, я не могу сказать, что я живу с ощущением счастья.
82. а) Довольно часто мне бывает скучно.
б) Мне никогда не бывает скучно.
83. а) Я часто проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно.
б) Я редко проявляю свое расположение к человеку, не будучи уверенным, что оно взаимно.
84. а) Я легко принимаю рискованные решения.
б) Обычно мне бывает трудно принимать рискованные решения.

85. а) Я стараюсь во всем и всегда поступать честно.
б) Иногда я считаю возможным мошенничать.
86. а) Я готов примириться со своими ошибками.
б) Мне трудно примириться со своими ошибками.
87. а) Обычно я чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.
б) Обычно я не чувствую себя виноватым, когда поступаю эгоистично.
88. а) Дети должны понимать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.
б) Детям не обязательно осознавать, что у них нет тех прав и привилегий, что у взрослых.
89. а) Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
б) Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
90. а) Я думаю, что большинству людей можно доверять
б) Я думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.
91. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне как единое целое.
б) Мое настоящее представляется мне слабо связанным с прошлым и будущим.
92. а) Я предпочитаю проводить отпуск путешествуя, даже если это сопряжено с большими неудобствами.
б) Я предпочитаю проводить отпуск спокойно, в комфортабельных условиях.
93. а) Бывает, что мне нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
б) Мне почти никогда не нравятся люди, чье поведение я не одобряю.
94. а) Людям от природы свойственно понимать друг Друга.
б) По природе своей человеку свойственно заботиться о своих собственных интересах.
95. а) Мне никогда не нравятся сальные шутки.
б) Мне иногда нравятся сальные шутки.
96. а) Меня любят потому, что я сам способен любить.
б) Меня любят потому, что я стараюсь заслужить любовь окружающих.
97. а) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке не противоречат друг другу.
б) Мне кажется, что эмоциональное и рациональное в человеке противоречат друг другу.
98. а) Я чувствую себя уверенным в отношениях с другими людьми.
б) Я чувствую себя неуверенным в отношениях с другими людьми.

99. а) Защищая собственные интересы, люди часто игнорируют интересы окружающих.
б) Защищая собственные интересы, люди обычно не забывают интересы окружающих.
100. а) Я всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
б) Я далеко не всегда могу положиться на свои способности ориентироваться в ситуации.
101. а) Я считаю, что способность к творчеству – природное свойство человека.
б) Я считаю, что далеко не все люди одарены природой способностью к творчеству.
102. а) Обычно я не расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в чем-либо.
б) Я часто расстраиваюсь, если мне не удастся добиться совершенства в чем-либо.
103. а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.
б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
104. а) Мне легко смириться со своими слабостями.
б) Мне трудно смириться со своими слабостями.
105. а) Мне кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
б) Мне не кажется, что я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
106. а) Мне часто приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
б) Мне редко приходится оправдывать перед самим собой свои поступки.
107. а) Выбирая для себя какое-либо занятие, человек должен считаться с тем, насколько это необходимо.
б) Человек должен всегда заниматься только тем, что ему интересно.
108. а) Я могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
б) Я не могу сказать, что мне нравится большинство людей, которых я знаю.
109. а) Иногда я не против того, чтобы мной командовали.
б) Мне никогда не нравится, когда мной командуют.
110. а) Я не стесняюсь обнаруживать свои слабости перед друзьями.
б) Мне не легко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.

111. а) Я часто боюсь совершить какую-нибудь оплошность.
б) Я не боюсь совершить какую-нибудь оплошность.
112. а) Наибольшее удовлетворение человек получает, добившись желаемого результата в работе.
б) Наибольшее удовлетворение человек получает в самом процессе работы.
113. а) О человеке никогда с уверенностью нельзя сказать, добрый он или злой.
б) Обычно о человеке можно сказать, добрый он или злой.
114. а) Я почти всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.
б) Я далеко не всегда чувствую в себе силы поступать так, как я считаю нужным, несмотря на последствия.
115. а) Люди часто раздражают меня.
б) Люди редко раздражают меня.
116. а) Мое чувство самоуважения во многом зависит от того, чего я достиг.
б) Мое чувство самоуважения в небольшой степени зависит от того, чего я достиг.
117. а) Зрелый человек всегда должен осознавать причины каждого своего поступка.
б) Зрелый человек совсем не обязательно должен осознавать причины каждого своего поступка.
118. а) Я воспринимаю себя таким, каким видят меня окружающие.
б) Я вижу себя не совсем таким, каким видят меня окружающие.
119. а) Бывает, что я стыжусь своих чувств.
б) Я никогда не стыжусь своих чувств.
120. а) Мне нравится участвовать в жарких спорах.
б) Мне не нравится участвовать в жарких спорах.
121. а) У меня не хватает времени на то, чтобы следить за новинками в мире искусства и литературы.
б) Я постоянно слежу за новинками в мире искусства и литературы.
122. а) Мне всегда удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.
б) Мне не часто удастся руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.
123. а) Я часто руководствуюсь общепринятыми представлениями в решении моих личных проблем.
б) Я редко руководствуюсь в решении моих личных проблем общепринятыми представлениями.

124. а) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься творческой деятельностью, человек должен обладать определенными знаниями в этой области.
- б) Мне кажется, что для того, чтобы заниматься творческой деятельностью, человеку не обязательно обладать определенными знаниями в этой области.
125. а) Я боюсь неудач.
- б) Я не боюсь неудач.
126. а) Меня часто беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.
- б) Меня редко беспокоит вопрос о том, что произойдет в будущем.

Благодарим Вас за выполнение теста!

3.2. ПРОВЕДЕНИЕ ОПРОСОВ

Опрос испытуемых с помощью психодиагностических методик рекомендуется проводить по следующей схеме.

1. Испытуемому, часть психологического портрета которого составлена с помощью методики наблюдения, сообщите цель проведения опроса: описание черт характера и самоактуализационных потребностей испытуемых.

2. Согласуйте с испытуемым время проведения опроса.

3. Выдайте испытуемому бланк ответов методики.

4. Проведите инструктирование испытуемого по заполнению бланка ответов.

Зачитайте первое задание методики, и покажите место на бланке методики, в которое испытуемым выставляется оценка.

5. Сообщите правила опросной процедуры:

– не отвлекаться во время выполнения методики;
– не задавать вопросы во время выполнения заданий методики;

– помнить, что нет правильных и неправильных ответов на задания;

– давать тот ответ, который первым пришел в голову и т.д.

6. Предложите испытуемому прочитать инструкцию к бланку ответов.

Ответьте на вопросы испытуемого о понимании выполнения опросной процедуры.

7. Приступайте к выполнению опросной процедуры.

Следите за соблюдением правил выполнения заданий методики.

Старайтесь исключать эмоциональные реакции по ходу выполнения заданий методики.

8. После завершения опроса, соберите бланки ответов.

9. Поблагодарите испытуемого за участие в опросе.

10. Сообщите испытуемому время информации о результатах выполнения им опроса.

3.3. ПРОТОКОЛИРОВАНИЕ В EXCEL РЕЗУЛЬТАТОВ ОПРОСА

Общие рекомендации

Протоколирование результатов опроса испытуемых с помощью методик – важный этап исследования.

Протокол результатов опросов испытуемых представляет собой таблицу, в которую заносятся сырые данные из бланков ответов испытуемых.

Протокол рекомендуется заполнять в *Microsoft Office Excel* в файле, который назовите **2015_Фамилия Имя_учебная практика**. Где **Фамилия Имя**, это ваши фамилия и имя.

Первый лист файла **2015_Фамилия Имя_учебная практика** назовите *протокол 16 PF*, второй лист – *протокол САТ*.

В первой строке листа «*протокол*» записываются название столбцов таблицы.

В одну ячейку протокола заносят только одну информационную единицу – ответ на задание методики или ноль.

Нельзя объединять ячейки протокола.

Рекомендации по протоколированию методики 16 PF

1. В первой строке столбцам (А, В, С, D) присвойте названия: «№», «дата», «возраст», «пол».

2. Столбцам, следующим за столбцом «пол», присваивают наименования всех вариантов ответов на задания методики: **1a, 1b, 1c, 2a, 2b, 2c, 3a, 3b, 3c, ..., 187a, 187b, 187c**.

3. В строки таблицы заносят сырые данные из бланка ответов испытуемого на методику 16 PF:

– число «1», если в бланке ответа отмечен знак «+»;

– число «0», если в бланке ответа нет знака «+».

№	дата	возраст	пол	1a	1b	1c	2a	2b	2c	3a	3b	3c	4a	4b	4c	5a	5b	5c	6a	6b	6c	7a	7b	7c	8a	
1	1	июн.15	45	женский	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1

Рис. 1. Пример протокола 16 PF

Рекомендации по протоколированию методики САТ

1. В первой строке столбцам (А, В, С, D) присвойте названия: «№», «дата», «возраст», «пол».

2. Столбцам, следующим за столбцом «пол», присваивают наименования всех вариантов ответов на задания методики: **1а, 1б, 2а, 2б, 3а, 3б, 4а, 4б, ..., 125а, 125б, 126а, 126б.**

3. В строки таблицы заносят сырые данные из бланка ответов испытуемого на методику САТ:

- число «1», если в бланке ответа отмечен знак «+»;
- число «0», если в бланке ответа нет знака «+».

№	дата	возраст	пол	1а	1б	2а	2б	3а	3б	4а	4б	5а	5б	6а	6б	7а	7б	8а	8б	9а	9б	10а	10б	11а	11б
1	июн.15	45	женский	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0

Рис. 2. Пример протокола САТ

3.4. ВЫЧИСЛЕНИЕ В EXCEL ЗНАЧЕНИЙ ШКАЛ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК

Общие рекомендации

1. К последнему столбцу протокола методики добавляются названия шкал методики.

2. Вычисляются значения шкал методики по соответствующим формулам.

3. Составляется формула профиля свойств личности, содержащая, сумму произведений коэффициентов на знаки шкал методики.

Рекомендации по вычислению значений шкал методики 16 PF

1. Столбцам, следующим за столбцом «187с», присваивают наименования шкал методики:

А_Замкнутость – Открытость.

В_Конкретность мышления – Абстрактность мышления.

С_Эмоциональная неустойчивость – Эмоциональная устойчивость.

Е_Подчиненность – Доминантность.

Ф_Рассудительность – Безрассудство.

G_Безответственность – Ответственность.
H_Нерешительность – Решительность.
I_Жесткость – Мягкость.
L_Доверчивость – Подозрительность.
M_Практичность – Мечтательность.
N_Прямолинейность – Дипломатичность.
O_Выдержанность – Тревожность.
Q1_Консерватизм – Радикализм.
Q2_Конформизм – Нонконформизм.
Q3_Низкий самоконтроль – Высокий самоконтроль.
Q4_Расслабленность – Напряженность.

2. Вычисляются коэффициенты шкал методики по соответствующим формулам 16 PF.

Формулы для вычисления коэффициентов шкал 16 PF

Шкала А = $(3a^2 + 3b + 26b + 26c^2 + 27b + 27b^2 + 51b + 51c^2 + 52a^2 + 52b + 76b + 76c^2 + 101a^2 + 101b + 126a^2 + 128b + 151b + 151c^2 + 176a^2 + 176b)/20$.

Шкала В = $(28b + 53b + 54b + 77c + 78b + 102c + 103b + 127c + 128b + 152a + 153c + 177a + 178a)/13$.

Шкала С = $(4a^2 + 4b + 5b + 5c^2 + 29b + 29c^2 + 30a^2 + 30d + 55a^2 + 55b + 79b + 79c^2 + 80b + 80c^2 + 104a^2 + 104b + 105a^2 + 105b + 129b + 129c^2 + 130a^2 + 130b + 154b + 154c^2 + 179a^2 + 179b)/26$.

Шкала Е = $(6b + 6c^2 + 7a^2 + 7b + 31b + 31c^2 + 32b + 32c^2 + 56a^2 + 56b + 57b + 57c^2 + 81b + 81c^2 + 106b + 106c^2 + 131a^2 + 131b + 155a^2 + 155b + 156a^2 + 156b + 180a^2 + 180b + 181a^2 + 181b)/26$.

Шкала F = $(8b + 8c^2 + 33a^2 + 33b + 58a^2 + 58b + 82b + 82c^2 + 83a^2 + 83b + 107b + 107c^2 + 108b + 108c^2 + 132a^2 + 132b + 157b + 157c^2 + 158b + 158c^2 + 182a^2 + 182b + 183a^2 + 183b)/24$.

Шкала G = $(9b + 9c^2 + 34b + 34c^2 + 59b + 59c^2 + 84b + 84c^2 + 109a^2 + 109b + 134a^2 + 134b + 159b + 159c^2 + 160a^2 + 160b + 184a^2 + 184b + 185a^2 + 185b)/20$.

Шкала H = $(10a^2 + 10b + 35b + 35c^2 + 36a^2 + 36b + 60b + 60c^2 + 61b + 61c^2 + 85b + 85c^2 + 86b + 86c^2 + 110a^2 + 110b + 111a^2 + 111b + 135a^2 + 135b + 136a^2 + 136b + 161b + 161c^2 + 186a^2 + 186b)/26$.

Шкала I = $(11b + 11c^2 + 12a^2 + 12b + 37a^2 + 37b + 62b + 62c^2 + 87b + 87c^2 + 112a^2 + 112b + 137b + 137c^2 + 138a^2 + 138b + 162b + 162c^2 + 163a^2 + 163b)/20$.

Шкала L = $(13b + 13c^2 + 38a^2 + 38b + 63b + 63c^2 + 64b + 64c^2 + 88a^2 + 88b + 89b + 89c^2 + 113a^2 + 113b + 114a^2 + 114b + 139b + 139c^2 + 164a^2 + 164b)/20$.

Шкала M = $(14b + 14c^2 + 15a^2 + 15b + 39a^2 + 39b + 40a^2 + 40b + 65a^2 + 65b + 90b + 90c^2 + 91a^2 + 91b + 115a^2 + 115b + 116a^2 + 116b + 140a^2 + 140b + 141b + 141c^2 + 165b + 165c^2 + 166b + 166c^2)/26$.

Шкала N = $(16b + 16c^2 + 17a^2 + 17b + 41b + 41c^2 + 42a^2 + 42b + 66b + 66c^2 + 67b + 67c^2 + 92b + 92c^2 + 117b + 117c^2 + 142a^2 + 142b + 167a^2 + 167b)/20$.

Шкала O = $(18a^2 + 18b + 19b + 19c^2 + 43a^2 + 43b + 44b + 44c^2 + 68b + 68c^2 + 69a^2 + 69b + 93b + 93c^2 + 94a^2 + 94b + 118a^2 + 118b + 119b + 119c^2 + 143a^2 + 143b + 144b + 144c^2 + 168b + 168c^2)/26$.

Шкала Q1 = $(20a^2 + 20b + 21b + 21c^2 + 45b + 45c^2 + 46a^2 + 46b + 70a^2 + 70b + 95b + 95c^2 + 120b + 120c^2 + 145a^2 + 145b + 169a^2 + 169b + 170b + 170c^2)/20$.

Шкала Q2 = $(22b + 22c^2 + 47a^2 + 47b + 71a^2 + 71b + 72a^2 + 72b + 96b + 96c^2 + 97b + 97c^2 + 121a^2 + 121b + 122b + 122c^2 + 146a^2 + 146b + 171a^2 + 171b)/20$.

Шкала Q3 = $(23b + 23c^2 + 24b + 24c^2 + 48a^2 + 48b + 73a^2 + 73b + 98a^2 + 98b + 123b + 123c^2 + 147b + 147c^2 + 148a^2 + 148b + 172b + 172c^2 + 173a^2 + 173b)/20$.

Шкала Q4 = $(25b + 25c^2 + 49a^2 + 49b + 50a^2 + 50b + 74a^2 + 74b + 75b + 75c^2 + 99a^2 + 99b + 100b + 100c^2 + 124a^2 + 124b + 125b + 125c^2 + 149a^2 + 149b + 150b + 150c^2 + 174a^2 + 174b + 175b + 175c^2)/26$.

Рекомендации по составлению формулы профиля черт личности, полученной с помощью методики 16 PF

Формула профиля черт личности человека представляет собой сумму произведений буквенных знаков шкал методики 16 PF на коэффициенты, соответствующие только низким и высоким значениям шкал (без шкал, имеющих средние значения).

До 0,34 – низкие значения;

От 0,35 до 0,65 – средние значения;

От 0,66 – высокие значения.

Формулы профиля личности (16 PF) составляются для каждого испытуемого отдельно.

Пример составления формулы профиля черт личности испытуемого

	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO	AP	AQ	AR	AS	
1	187с	A_Замкнутость – Открытость	B_Конкретность мышления – Абстрактность мышления	C_Эмоциональная неустойчивость – Эмоциональная устойчивость	E_Подчиненность – Доминантность	F_Рассудительность – Безрассудство	G_Безответственность – Ответственность	H_Нерешительность – Решительность	I_Жесткость – Мягкость	L_Доверчивость – Подозрительность	M_Практичность – Мечтательность	N_Прямолинейность – Дипломатичность	O_Выдержанность – Тревожность	Q1_Консерватизм – Радикализм	Q2_Конформизм – Нонконформизм	Q3_Нижний самоконтроль – Высокий самоконтроль	Q4_Расслабленность – Напряженность	
2		0	0,30	0,46	0,23	0,42	0,54	0,45	0,69	0,50	0,40	0,42	0,15	0,62	0,20	0,50	0,50	0,31

Рис. 3. Вычисленные коэффициенты факторов 16 PF

$$16 \text{ PF(первого испытуемого)} = 0,30\mathbf{A} + 0,23\mathbf{C} + 0,69\mathbf{H} + 0,15\mathbf{N} + \\ + 0,20\mathbf{Q1} + 0,31\mathbf{Q4},$$

где **A** – Замкнутость – Открытость.

C – Эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость,

H – Нерешительность – Решительность,

N – Прямолинейность – Дипломатичность,

O – Выдержанность – Тревожность,

Q1 – Консерватизм – Радикализм,

Q4 – Расслабленность – Напряженность.

Рекомендации по вычислению коэффициентов шкал методики CAT

1. Столбцам, следующим за столбцом «126б», присваивают наименования шкал методики CAT:

A_ориентации во времени.

B_поддержки.

B_ценностной ориентации.

Г_гибкости поведения.

Д_сензитивности к себе.

Е_спонтанности.

Ж_самоуважения.

З_самопринятия.

И_представлений о природе человека.

К_синергии.
Л_принятия агрессии.
М_контактности.
Н_познавательных потребностей.
О_креативности.

2. Вычисляются коэффициенты шкал методики по соответствующим формулам САТ.

Формулы для вычисления коэффициентов шкал САТ

А_ориентации во времени = $(11a + 16b + 18b + 21a + 28b + 38b + 40b + 41b + 45b + 60b + 64b + 71b + 76b + 82b + 91b + 106b + 126b)/17$.

Б_поддержки = $(1b + 2b + 3b + 4a + 5b + 7b + 8a + 9a + 10a + 12b + 14b + 15b + 17a + 19a + 22b + 23a + 25b + 26b + 27b + 29a + 31b + 32a + 33b + 34a + 35b + 36b + 39b + 42a + 43a + 44b + 46a + 47b + 49b + 50b + 51b + 52a + 53a + 55a + 56a + 57b + 59a + 61b + 62b + 65b + 66a + 67b + 68a + 69b + 70a + 72b + 73a + 74b + 75b + 77a + 79b + 80a + 81a + 83a + 85b + 86a + 87b + 88b + 89b + 90a + 93a + 94a + 95b + 96a + 97a + 98a + 99b + 100a + 102a + 103b + 104a + 105b + 108b + 109a + 110a + 111b + 113a + 114a + 115a + 116b + 117b + 118a + 119b + 120a + 122a + 123b + 125b)/91$.

В_ценностной ориентации = $(17a + 29a + 42a + 49b + 50b + 53a + 56a + 59a + 67b + 68a + 69b + 80a + 81a + 90a + 93a + 97a + 99b + 113a + 114a + 122a)/20$.

Г_гибкости поведения = $(3a + 9a + 12b + 33b + 36b + 38b + 40b + 47b + 50b + 51b + 61b + 62b + 65b + 68a + 70a + 74b + 82b + 85b + 95b + 97a + 99b + 102a + 105b + 123b)/24$.

Д_сензитивности к себе = $(2b + 5b + 10a + 43a + 46a + 55a + 73a + 77a + 83a + 89b + 103b + 119b + 122a)/13$.

Е_спонтанности = $(5b + 14b + 15b + 26b + 42a + 62b + 67b + 74b + 77a + 80a + 81a + 83a + 95b + 114a)/14$.

Ж_самоуважения = $(2b + 3a + 7b + 23a + 29a + 44b + 53a + 66a + 69b + 98a + 100a + 102a + 106b + 114a + 122a)/15$.

З_самопринятия = $(1b + 8a + 14b + 22b + 31b + 32a + 34a + 39b + 53a + 61b + 71b + 75b + 86a + 87b + 104a + 105b + 106b + 110a + 111b + 116b + 125b)/21$.

И_представлений о природе человека = $(23a + 25b + 27b + 50b + 66a + 90a + 94a + 97a + 99b + 113a)/10$.

К_синергии = $(50b + 68a + 91b + 93a + 97a + 99b + 113a)/7$.

Л_принятия агрессии = $(5b + 8a + 10a + 15b + 19a + 29a + 39b + 43a + 46a + 56a + 57b + 67b + 85b + 93a + 94a + 115a)/16$.

$M_{\text{контактности}} = (56 + 76 + 17a + 266 + 336 + 366 + 46a + 656 + 70a + 73a + 746 + 756 + 796 + 96a + 996 + 1036 + 1086 + 109a + 120a + 1236)/20.$

$N_{\text{познавательных потребностей}} = (13a + 206 + 37a + 48a + 636 + 66a + 786 + 826 + 92a + 1076 + 1216)/11.$

$O_{\text{креативности}} = (66 + 24a + 30a + 42a + 54a + 58a + 59a + 68a + 84a + 101a + 1056 + 1126 + 1236 + 1246)/14.$

Рекомендации по составлению формулы профиля свойств личности, полученной с помощью методики САТ

Формула профиля самоактуализационных потребностей личности представляет собой сумму произведений знаков шкал САТ на коэффициенты, соответствующие только низким и высоким значениям шкал (без шкал, имеющих средние значения).

До 0,34 – низкие значения;

От 0,35 до 0,65 – средние значения;

От 0,66 – высокие значения.

Формулы профиля личности (по САТ) составляются для каждого испытуемого отдельно.

Пример составления формулы профиля личности (по САТ) для испытуемого

	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO	AP	AQ	AR
1	126a	1266	A_ориентации во времени	B_поддержки	V_ценностной ориентации	G_гибкости поведения	D_сензитивности к себе	E_спонтанности	Ж_самоуважения	З_самопринятия	И_представлений о природе человека	K_синергии	Л_принятия агрессии	M_контактности	N_познавательных потребностей	O_креативности
2	1	0	0,29	0,37	0,65	0,42	0,31	0,64	0,33	0,24	0,70	0,71	0,50	0,35	0,36	0,71

Рис. 4. Вычисленные коэффициенты шкал САТ

$САТ(\text{первого испытуемого}) = 0,29A + 0,31Д + 0,33Ж + 0,24З + 0,70К + 0,71О,$

где **A** – Шкала Ориентации во времени,

Б – шкала поддержки,

Д – шкала сензитивности к себе,
Ж – шкала самоуважения,
З – шкала Самопринятия,
К – шкала Синергии,
М – шкала контактности,
Н – шкала познавательных потребностей,
О – шкала Креативности.

3.5. ОПИСАНИЕ ЧАСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА ИСПЫТУЕМЫХ, ПОЛУЧЕННОГО С ПОМОЩЬЮ ОПРОСОВ

Схема описания

1. Составляется описание свойств личности испытуемых в соответствии с полученной формулой профиля личности и интерпретациями значений шкал методики 16 PF.

2. Составляется описание свойств личности испытуемых в соответствии с полученной формулой профиля личности и интерпретациями значений шкал методики САТ.

3. Составляются части психологического портрета испытуемых, полученных с помощью опросов, путем объединения описаний по 16 PF и САТ.

Пример описания свойств личности испытуемого в соответствии с формулой профиля личности 16 PF.

$$16 PF = 0,30A + 0,23C + 0,69H + 0,15N + 0,20Q1 + 0,31Q4,$$

где А – Замкнутость – Открытость.

С – Эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость,

Н – Нерешительность – Решительность,

Н – Прямолинейность – Дипломатичность,

О – Выдержанность – Тревожность,

Q1 – Консерватизм – Радикализм,

Q4 – Расслабленность – Напряженность.

У женщины, возраст которой около 45 лет, выявлена структура относительно постоянных черт личности, в том числе, малая общительность, эмоциональная неустойчивость, социальная смелость, прямолинейность и наивность. Она консервативна, уважает традиции, бывает несдержанная и расслабленная.

Пример описания свойств личности испытуемого в соответствии с формулой профиля личности САТ

$$САТ = 0,29А + 0,31Д + 0,33Ж + 0,24З + 0,70К + 0,71О,$$

где А – Шкала Ориентации во времени,

Б – шкала поддержки,

Д – шкала сензитивности к себе,

Ж – шкала самоуважения,

- З – шкала Самопринятия,**
- К – шкала Синергии,**
- М – шкала контактности,**
- Н – шкала познавательных потребностей,**
- О – шкала Креативности.**

У женщины, возраст которой около 45 лет, выявлена структура склонностей проявить в себе то, что в ней заложено потенциально, в том числе, способность к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связи противоположностей, таких как добро и зло, тело и дух и др., выраженная творческая направленности личности.

В структуру ее склонностей входит дискретное восприятие своего жизненного пути, она плохо отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, плохо ощущает и рефлексивирует их, мало-способна ценить свои достоинства, положительные свойства, уважать себя за них, низкая степень принятия себя такой, как есть, зависимость от оценки своих достоинств и недостатков.

Пример описания части психологического портрета испытуемого, полученный с помощью опроса

У женщины, возраст которой около 45 лет, выявлена структура относительно постоянных черт личности, в том числе, малая общительность, эмоциональная неустойчивость, социальная смелость, прямолинейность и наивность. Она консервативна, уважает традиции, бывает несдержанная и расслабленная.

У нее выявлена структура склонностей проявить в себе то, что в ней заложено потенциально, в том числе, способность к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связи противоположностей, таких как добро и зло, тело и дух и др., выраженная творческая направленности личности.

В структуру ее склонностей входит дискретное восприятие своего жизненного пути, она плохо отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, плохо ощущает и рефлексивирует их, мало-способна ценить свои достоинства, положительные свойства, уважать себя за них, низкая степень принятия себя такой, как есть, зависимость от оценки своих достоинств и недостатков.

4. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПОРТРЕТОВ

Общие рекомендации

1. Психологические портреты испытуемых рекомендуется составить путем обобщения двух частей описаний свойств испытуемых, полученных с помощью методик наблюдения и психодиагностических методик.

2. Объединяются описания двух частей портретов, полученных с помощью наблюдения и опросов.

3. Осуществляется редактирование объединенного описания, устраняются повторы, уточняются описания свойств испытуемых на основе фактов дневника наблюдения и интерпретаций психодиагностических методик.

Пример составления психологического портрета испытуемого

В июне 2015 г. по фактам, полученным с помощью методики наблюдения и психодиагностических методик был составлен психологический портрет женщины, возраст которой около 45 лет (далее, зрелая женщина).

Краткие биографические данные: замужняя женщина, возраст которой около 45 лет, работает бухгалтером. Имеет дочь студентку, возраста 18 лет.

Общие свойства внешнего вида зрелой женщины в различных наблюдаемых ситуациях (посещение магазина и приготовления обеда на кухне). Одежда полностью соответствует ситуации, обувь всегда чистая и полностью соответствует одежде, прическа аккуратная. Предпочитает традиционную одежду дома и вне дома. Если замечает недостатки внешнего вида, то сразу устраняет их. В любых ситуациях она не стремится выделиться. Проявляет позитивное отношение к внешнему вниманию со стороны любого человека, благодарит его за это.

Специфические свойства внешнего вида зрелой женщины зависят от ситуации ее бытия. Во внедомашней обстановке (посещение магазина) она больше внимания по сравнению домашней

обстановкой (приготовление обеда на кухне) уделяет собственной одежде и обуви, собственной прическе. Так если дома уровень аккуратности одежды может быть средним или низким, то вне дома только высоким, об этом свидетельствуют ее ответы на вопросы в ходе наблюдения.

Она имеет высокий уровень способности понятно и кратко формулировать свои суждения о достоинствах и недостатках *возможной покупки*. Имеет средний уровень способности не прерывая выслушивать суждения Другого о достоинствах и недостатках *возможной покупки*, низкий уровень способности испытуемой понятно задавать вопросы Другому о содержании услышанного сообщения.

При общении зрелой женщины с *продавцами* и собственной дочерью отмечено различие соблюдение испытуемым норм речевого этикета.

Если в общении с продавцами отмечено терпеливое вежливое общение, использования традиционных слов приветствия и прощания (здравствуйте, до свидания), просьбы (пожалуйста, покажите этот товар), благодарности (благодарю), сдерживание эмоциональных проявлений отношения. То в общении с собственной дочерью была иногда эмоционально несдержанная в обсуждении цели покупки.

У зрелой женщины, выявлена структура относительно постоянных черт личности, в том числе, малая общительность, эмоциональная неустойчивость, социальная смелость, прямолинейность и наивность. Она консервативна, уважает традиции, бывает несдержанная и расслабленная.

У нее выявлена структура относительно постоянных черт личности, в том числе, малая общительность, эмоциональная неустойчивость, социальная смелость, прямолинейность и наивность. Она консервативна, уважает традиции, бывает несдержанная и расслабленная.

Выявлена структура склонностей проявить в себе то, что в ней заложено потенциально, в том числе, способность к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связи противоположностей, таких как добро и зло, тело и дух, выраженная творческая направленности личности.

В структуру ее склонностей входит дискретное восприятие своего жизненного пути, она плохо отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, плохо ощущает и рефлексировывает их, мало способна ценить свои достоинства, положительные свойства, уважать себя за них, низкая степень принятия себя такой, как есть, зависимость от оценки своих достоинств и недостатков.

5. РЕКОМЕНДАЦИИ К СОСТАВЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ВЫПОЛНЕНИИ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

СТРУКТУРА ОТЧЕТА

Титульный лист отчета (печатается на листе бумаги).

Введение (цель практики, краткие биографические данные испытуемых, перечень ситуаций для наблюдения и опросов).

1. Особенности получения эмпирических фактов с помощью методики наблюдения.

1.1. Краткие описания ситуаций наблюдения и биографических данных испытуемых.

1.2. Краткие теоретически обоснованные определения наблюдаемых свойств испытуемых.

1.3. Дневник наблюдения.

1.4. Описание части психологического портрета испытуемых по фактам, полученным с помощью методики наблюдения.

2. Особенности получения эмпирических фактов с помощью психодиагностических методик.

2.1. Краткие теоретически обоснованные определения:

– структуры черт личности человека по Р. Кеттеллу;

– структуры самоактуализации личности человека по Л.Я. Гозману, М.В. Крону, М.В. Латинской.

2.2. Протоколы результатов опроса в EXCEL.

2.3. Формулы профилей свойств личности испытуемых, полученные с помощью 16 PF и САТ.

2.4. Описание части психологического портрета испытуемых, полученных с помощью опроса.

3. Психологические портреты испытуемых, полученные с помощью методик наблюдения и психодиагностических методик.

Заключение (основные трудности выполнения задач практики, результаты обсуждения с испытуемыми их психологических портретов).

Список используемых информационных источников.

ФОРМАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОТЧЕТУ

На защиту представляется:

- титульный лист отчета на листе бумаги А4 (210x297 мм);
- файлы с текстом отчета в WORD (шрифт Times, размер 12, интервал одинарный);
- файлы протоколов результатов опроса в EXCEL.

ФОРМА ТИТУЛЬНОГО ЛИСТА ОТЧЕТА

Министерство образования и науки Российской Федерации
КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ОТЧЕТ

о прохождении учебной практики «Психологический портрет человека: наблюдение и опрос» студентом 1курса, обучающемуся по учебному плану направления «Психология»

Фамилия, имя, отчество

Дата защиты отчета _____

Оценка _____

Научный руководитель

С.Д. Некрасов

Краснодар
2015

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИСТОЧНИКИ

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М., 2012. URL: <http://alexandrows.narod.ru/Gippenreiter.pdf>
2. Опросник Кеттелла (16-PF). URL: <http://azps.ru/tests/16pf.html/>
3. Основные методы сбора данных в психологии / под ред. С.А. Капустина. М., 2012. URL: <http://www.studentlibrary.ru/books/ISBN9785756706536.html>
4. Самоактуализационный тест (САТ). URL: http://azps.ru/tests/tests_sat.html
5. Сомаль Е.В. Структурные компоненты самоактуализации как составляющей самосознания личности будущего психолога. URL: <https://sites.google.com/site/konfep/Home/2-sekcia/samal>
6. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и применение). СПб., 1997. URL: <http://psylib.org.ua/books/hjelz01/>
7. Экспериментальная психология: Практикум / под ред. С.Д. Смирнова, Т.В. Корниловой. М., 2002. URL: http://fs1.uclg.ru/books/pdf/1361659780_smirnov_experimentalnaya_psihologiya_praktikum_uchebnoe_posobie.pdf

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА ЧЕЛОВЕКА	5
2. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОЛУЧЕНИЮ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ НАБЛЮДЕНИЯ.....	7
2.1. Схема методики наблюдения	7
2.2. Рекомендации по подготовке наблюдения	7
2.3. Рекомендации по проведению наблюдения	11
2.4. Рекомендации по заполнению дневника наблюдения .	12
2.5. Рекомендации по описанию части психологического портрета испытуемого по наблюдаемым эмпирическим фактам	17
3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОЛУЧЕНИЮ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ С ПОМОЩЬЮ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК.....	19
3.1. Схема проведения опроса.....	19
3.2. Рекомендации по подготовке к опросу	19
3.2. Проведение опросов.....	52
3.3. Протоколирование в EXCEL результатов опроса	53
3.4. Вычисление в EXCEL значений шкал психодиагностических методик.....	54
3.5. Описание части психологического портрета испытуемых, полученного с помощью опросов	61
4. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПОРТРЕТОВ.....	63
5. РЕКОМЕНДАЦИИ К СОСТАВЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ВЫПОЛНЕНИИ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ.....	66
РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИСТОЧНИКИ.....	68

Учебное издание

Некрасов Сергей Дмитриевич

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ЧЕЛОВЕКА:
Наблюдение и опрос

Учебно-методическое пособие

Публикуется в авторской редакции

Подписано в печать 13.05.2015 г. Формат 60x84^{1/16}
Усл. печ. л. 4,4. Тираж 300 экз.

Кубанский государственный университет
350040, г. Краснодар, ул. Ставропольская, 149.
Издательско-полиграфический центр КубГУ
350040, г. Краснодар, ул. Ставропольская, 149.