

С.Д. НЕКРАСОВ

**КАК СОСТАВИТЬ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ
ПОРТРЕТ ЧЕЛОВЕКА**



Министерство образования и науки Российской Федерации
КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

С.Д. НЕКРАСОВ

КАК СОСТАВИТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ
ПОРТРЕТ ЧЕЛОВЕКА

Краснодар

2017

УДК 159.9.07
ББК 88.5
Н 48

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор
З.И. Рябикина
кандидат психологических наук, профессор
А.Н. Кимберг

Некрасов, С.Д.

Н 48 Как составить психологический портрет человека: учеб.-метод. пособие. 2-е изд., испр. и доп. / С.Д. Некрасов. – Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2017. – 80 с.

В пособии приводятся рекомендации по составлению психологического портрета человека.

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

УДК 159.9.07
ББК 88.5

© Кубанский государственный университет, 2017
© Некрасов С.Д., 2017

ПРЕДИСЛОВИЕ

В пособии изложены рекомендации по учебной практике, которая, согласно учебному плану по направлению «Психология», проходит после летней сессии как контролируемая самостоятельная работа студентов.

Целью учебной практики является овладение студентами умениями составлять психологический портрет человека с помощью методик наблюдения и психодиагностических опросников.

Задачи учебной практики:

1. Изучение информации, необходимой для составления психологического портрета человека.

2. Проведение с помощью *методик наблюдения* исследования в различных ситуациях бытия отдельных свойств человека. Составление психологического портрета человека путем выделения и описания эмпирических фактов, полученных с помощью *методик наблюдения*.

3. Проведение с помощью *методик опроса* исследование отдельных свойств человека. Составление психологического портрета человека путем выделения и описания эмпирических фактов, полученных с помощью *опросников*.

4. Составление психологического портрета человека путем объединения портретов, полученных с помощью методик наблюдения и опроса.

5. Составление отчета о выполнении заданий учебной практики.

В пособии материал структурирован в соответствии с задачами практики. Приводятся рекомендации по выполнению каждой заданий практики, а также примеры описания психологического портрета человека.

В первом разделе представлена схема учебной практики.

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

В третьем разделе приведены рекомендации по проведению наблюдения внешнего вида человека.

В четвертом разделе приведены рекомендации по проведению наблюдения коммуникативных способностей человека.

В пятом разделе приводятся общие рекомендации по исследованию отдельных свойств человека с помощью опросников.

В шестом разделе приводятся рекомендации по исследованию отдельных свойств человека с помощью «16-факторного личностного опросника (16 PF)» Р. Кеттелла.

В седьмом разделе приводятся рекомендации по исследованию отдельных свойств человека с помощью «Самоактуализационного теста (САТ)» Л.Я. Гозмана, М.В. Кроза, М.В.Латинской.

В восьмом разделе приводятся рекомендации по составлению психологического портрета человека.

В девятом разделе приводятся рекомендации по составлению отчета о выполнении заданий учебной практики.

Завершает пособие список рекомендуемой литературы, знакомство с которой может быть полезно студентам при выполнении заданий учебной практики.

Пособие предназначено для студентов, обучающихся по направлению «Психология». Может быть полезно исследователям различных психологических свойств человека.

1. СХЕМА УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

1. Выбираются два испытуемых, психологический портрет которых планируется составить. Выбор испытуемых обусловлен, во-первых, возможностью осуществлять наблюдение за ними в различных ситуациях. Во-вторых, возможностью применения опросников для получения данных, необходимых для описания личностных свойств испытуемых.

Составляются описания биографических сведений об испытуемых, в том числе, пол, возраст, семейное положение, профессиональная занятость, наличие собственных детей.

2. Проводятся с помощью *методик наблюдения* сбор данных о личностных свойствах испытуемых, в том числе, о свойствах внешнего вида и коммуникативных способностях.

Составляются психологические портреты каждого испытуемого по фактам, выявленным с помощью *методик наблюдения*.

3. Проводятся с помощью *опросников* сбор данных об испытуемых, в том числе, об относительно стабильных свойствах личности и свойствах личности, относящихся к самоактуализационным потребностям.

Составляются психологические портреты каждого испытуемого по фактам, выявленным с помощью *методик опроса*.

4. Составляются психологические портреты испытуемых путем объединения частей портретов, полученных с помощью *методик наблюдения* и *опросников*.

5. Готовится отчет о выполнении заданий учебной практики.

Пример описания биографических сведений об испытуемом

Замужняя женщина, возраст которой около 45 лет, работает бухгалтером. Имеет дочь студентку, возраст которой 18 лет.

2. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ НАБЛЮДЕНИЯ

Рекомендуется с помощью *методик наблюдения* проводить сбор данных о следующих свойствах испытуемых:

- свойства внешнего вида человека (*внешний вид*);
- коммуникативные способности человека (*коммуникативные способности*).

Рекомендуется *методики наблюдения* проводить в следующих ситуациях бытия испытуемых:

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

Рекомендуемая схема проведения методик наблюдения

1. Изучение теоретических обоснований выбора наблюдаемых свойств испытуемых. Определение единиц (индикаторов) методики наблюдения выбранных свойств испытуемых.

2. Составление схемы листа дневника наблюдения. Выбор испытуемых. Планирование времени и места проведения наблюдения.

3. Проведение наблюдения. Заполнение дневника наблюдения.

4. Анализ и обобщение данных дневника наблюдения о каждом испытуемом.

5. Составление части психологического портрета испытуемых по фактам, выявленным с помощью *методик наблюдения*.

Правила наблюдения

При проведении наблюдения рекомендуется соблюдать следующие правила:

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

- соблюдать условия наблюдения одинаково для всех испытуемых (либо все не знают, что за ними осуществляется наблюдение, либо все знают, что за ними осуществляется наблюдение);
- соблюдать нормы этического кодекса психолога: не причинение вреда испытуемому, сведение к минимуму вторжения в его жизни, конфиденциальность полученной информации и др.

Рекомендуется при заполнении дневника наблюдения:

- заполнять на разных листах дневника данные о каждом наблюдаемом свойстве для каждого испытуемого;
- непредвзято отмечать значения единицы наблюдения, независимо от того, что известно исследователю об испытуемом, независимо от собственных ожиданий тех или иных результатов;
- записывать без сокращений содержание качественных пунктов дневника наблюдения;
- в пункте «Дополнительные данные» в произвольной форме описывать возникшие во время наблюдения данные о наблюдаемом свойстве испытуемого.

Рекомендации по составлению части портрета о наблюдаемых личностных свойствах испытуемого

Анализ данных дневника наблюдения рекомендуется проводить для каждого испытуемого отдельно.

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

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

Составление части психологического портрета испытуемого проводится путем общения эмпирических фактов об общепсихологических и специфических свойствах испытуемого.

3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ НАБЛЮДЕНИЯ ВНЕШНЕГО ВИДА

Теоретическое обоснование

Согласно исследований С.Д. Смирнова и Т.В. Корниловой¹ для составления психологического портрета человека по данным наблюдения, имеют значение следующие свойства его внешнего вида: стиль одежды и 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.

Таким образом, для наблюдения выберем следующие свойства внешнего вида испытуемых:

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

Единицы наблюдения внешнего вида испытуемых

Вид одежды: соответствие ситуации; уровень аккуратности; вид новизны.

Вид обуви: уровень соответствия одежде; уровень чистоты.

Состояние прически: соответствие ситуации; уровень аккуратности.

Стремление выделиться в наблюдаемых ситуациях: уровень стремления выделиться; реакция на случаи, когда кто-то отметил особенности внешнего вида испытуемого.

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

**СХЕМА ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЯ ВНЕШНЕГО ВИДА
ИСПЫТУЕМОГО В ДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ**

Дата _____. Время: от ____ до ____.

Сведения об испытуемом _____

Описание ситуации наблюдения (домашняя обстановка):

Краткое описание одежды _____

Соответствие одежды ситуации: полностью соответствует; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень аккуратности одежды: низкий; средний; высокий.

Вид одежды: традиционная; современная.

Краткое описание обуви _____

Соответствие обуви одежде: полностью соответствует; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень чистоты обуви: низкий; средний; высокий.

Краткое описание прически _____

Вид прически: аккуратная; не аккуратная.

Уровень стремления выделиться: низкий; средний; высокий.

Ответ на вопрос испытуемого об отношении к своему внешнему виду в домашней ситуации (*вопрос задается студентом, проводящим наблюдение*) _____

Дополнительные данные, возникшие во время наблюдения

ПРИМЕР ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЯ ВНЕШНЕГО ВИДА ИСПЫТУЕМОГО В ДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ

Дата 23 апреля 2017 г. Время: от 21.00 до 22.00.

Сведения об испытуемом: женщина, возраст которой около 45 лет.

Описание ситуации наблюдения: *приготовление обеда на кухне.*

Краткое описание одежды: *легкий домашний халат.*

Соответствие одежды ситуации: **полностью соответствует**; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень аккуратности одежды: низкий; **средний**; высокий.

Вид одежды: **традиционная**; современная.

Краткое описание обуви: *домашние тапочки.*

Соответствие обуви одежде: **полностью соответствует**; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень чистоты обуви: низкий; средний; **высокий**.

Краткое описание прически: *стрижка Каре, темный цвет волос.*

Вид прически: **аккуратная**; не аккуратная.

Уровень стремления выделиться: **низкий**; средний; высокий.

Ответ на вопрос испытуемого об отношении к своему внешнему виду в домашней ситуации: *спасибо за вопрос, я стараюсь следить за внешним видом.*

Дополнительные данные, возникшие во время наблюдения *во время приготовления пищи она несколько раз поправляла прическу, мыла руки.*

**СХЕМА ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЯ ВНЕШНЕГО ВИДА
ИСПЫТУЕМОГО ВО ВНЕДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ**

Дата _____. Время: от ____ до ____.

Сведения об испытуемом _____

Описание ситуации наблюдения (внедомашняя обстановка):

Краткое описание одежды _____

Соответствие одежды ситуации: полностью соответствует; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень аккуратности одежды: низкий; средний; высокий.

Вид одежды: традиционная; современная.

Краткое описание обуви _____

Соответствие обуви одежде: полностью соответствует; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень чистоты обуви: низкий; средний; высокий.

Краткое описание прически _____

Вид прически: аккуратная; не аккуратная.

Уровень стремления выделиться: низкий; средний; высокий.

Ответ на вопрос испытуемого об отношении к своему внешнему виду во внедомашней ситуации (*вопрос задается студентом, проводящим наблюдение*) _____

Дополнительные данные, возникшие во время наблюдения

ПРИМЕР ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЯ ВНЕШНЕГО ВИДА ИСПЫТУЕМОГО ВО ВНЕДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ

Дата 24 апреля 2017 г. Время: от 11.00 до 12.00.

Сведения об испытуемом: женщина, возраст которой около 45 лет.

Описание ситуации наблюдения: *посещение магазина.*

Краткое описание одежды: *летнее платье, светло голубого цвета.*

Соответствие одежды ситуации: **полностью соответствует**; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень аккуратности одежды: низкий; средний; **высокий**.

Вид одежды: **традиционная**; современная.

Краткое описание обуви: *бежевые туфли на невысоком каблучке.*

Соответствие обуви одежде: **полностью соответствует**; частично соответствует; мало соответствует.

Уровень чистоты обуви: низкий; средний; **высокий**.

Краткое описание прически: *стрижка Каре, темный цвет волос.*

Вид прически: **аккуратная**; не аккуратная.

Уровень стремления выделиться: **низкий**; средний; высокий.

Ответ на вопрос испытуемого об отношении к своему внешнему виду во внедомашней ситуации: *спасибо, а вам что-то не нравится.*

Дополнительные данные, возникшие во время наблюдения: *когда проходила мимо зеркала в магазине, то внимательно осматривала себя и поправляла волосы.*

ПРИМЕР АНАЛИЗА И ОБЩЕНИЯ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ О ВНЕШНЕМ ВИДЕ ЧЕЛОВЕКА

Краткие биографические данные: женщина, возраст которой около 45 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.

4. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ НАБЛЮДЕНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Теоретическое обоснование

Согласно исследований С.Д. Некрасова¹ под компетентностью бытия понимаются обретенные человеком знания и способности, необходимые для решения 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, способности понимания сообщений Других, способности соблюдения норм общения с Другими.

Таким образом, для наблюдения коммуникативных способностей испытуемого выберем следующие способности:

- способности быть понятым Другим;
- способности понимать сообщения Другого;
- способности соблюдать нормы общения с Другим.

Единицы наблюдения коммуникативных способностей испытуемых

Способности быть понятым Другим: способность испытуемого понятно формулировать свои суждения; способность испытуемого кратко формулировать свои суждения.

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

Способности соблюдать нормы общения с Другим: при встрече, при просьбе, при благодарности, при прощении.

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.

СХЕМА ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Дата _____. Время: от ____ до ____.

Сведения об испытуемом _____

Описание ситуации наблюдения _____

Содержание сообщения испытуемого *Другому*

Уровень способности испытуемого понятно формулировать свои сообщения: низкий; средний; высокий.

Уровень способности испытуемого кратко формулировать свои сообщения: низкий; средний; высокий.

Содержание сообщения Другого испытуемому:

_____:

Уровень способности испытуемого не прерывая выслушивать сообщения Другого: низкий; средний; высокий.

Уровень способности испытуемого понятно задавать вопросы Другому о содержании услышанного сообщения: низкий; средний; высокий.

Соблюдение испытуемым норм общения с *Другим*:

а) приветствие _____;

б) просьба _____;

в) благодарность _____;

г) прощание _____;

д) другие нормы _____.

Дополнительные данные, незапланированные, но возникшие во время наблюдения _____

ПРИМЕР ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ИСПЫТУЕМОГО

Дата 25 апреля 2017 г. Время: от 11.00 до 12.00.

Сведения об испытуемом: женщина, возраст которой около 45 лет.

Описание ситуации наблюдения: *посещение магазина.*

Содержание сообщения испытуемого Другому: *обсуждение с продавцом и дочерью возможной покупки.*

Уровень способности испытуемого понятно формулировать свои сообщения: низкий; средний; **высокий**.

Уровень способности испытуемого кратко формулировать свои сообщения: низкий; средний; **высокий**.

Содержание сообщения Другого испытуемому: *о достоинствах товара, который возможно будет продан.*

Уровень способности испытуемого не прерывая выслушивать сообщения Другого: низкий; **средний**; высокий.

Уровень способности испытуемого понятно задавать вопросы Другому о содержании услышанного сообщения: **низкий**; средний; высокий.

Соблюдение испытуемым норм общения с Другим:

- а) приветствие *здравствуйте*;
- б) просьба *пожалуйста, покажите этот товар*;
- в) благодарность *благодарю*;
- г) прощание *до свидания*;
- д) другие нормы *сдерживание эмоций в общении с продавцом.*

Дополнительные данные, возникшие во время наблюдения в общении с собственной дочерью была иногда эмоционально недержанная в обсуждении цели покупки.

ПРИМЕР АНАЛИЗА И ОБЩЕНИЯ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ О КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЯХ ЧЕЛОВЕКА

Краткие биографические данные: женщина, возраст которой около 45 лет.

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 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.

ПРИМЕР ЧАСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА ЧЕЛОВЕКА, СОСТАВЛЕННЫЙ ПО НАБЛЮДАЕМЫМ ФАКТАМ

В апреле 2017 г. с помощью методики наблюдения была составлена часть психологического портрета женщины.

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.

5. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ОПРОСНИКОВ

С помощью *опросников* проводится сбор данных о следующих свойствах испытуемых:

– об относительно стабильных свойствах личности с помощью методики «16-факторный личностный опросник (16 PF)» Р. Кеттелла;

– о самоактуализационных потребностях с помощью методики «Самоактуализационный тест (САТ)» Л.Я. Гозмана, М.В. Кроза, М.В. Латинской.

Рекомендуется *опросы* проводить в обычных ситуациях бытия испытуемых, как правило, в свободное время испытуемого.

Рекомендуемая схема проведения опросника

1. Изучение теоретических обоснований исследования свойств испытуемых с помощью методик опроса. Описание шкал методик.

2. Подготовка бланков методик для испытуемых. Планирование времени и места проведения опроса испытуемых.

3. Проведение методик опроса. Сбор бланков ответов испытуемых.

4. Протоколирование в EXCEL результатов опроса. Вычисление значений шкал методик.

5. Составление части психологического портрета испытуемых, полученных с помощью опросников.

6. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ «16-ФАКТОРНОГО ЛИЧНОСТНОГО ОПРОСНИКА (16 PF)» Р. КЕТТЕЛЛА

Теоретическое обоснование 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 гипотетические психические структуры, обнаруживающиеся в поведении, которые обуславливают predisposedность 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 16 PF обозначен соответствующей латинской буквой, имеет краткое наименование и содержательное описание значений выраженных черт личности.

Значения каждого фактора имеет два полярных значения – как отдельных свойств личности человека.

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

ЗНАЧЕНИЯ ФАКТОРОВ МЕТОДИКИ 16 PF

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.
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 безопасности.	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.

БЛАНК МЕТОДИКИ 16 РФ

Имя _____ Возраст _____ Дата _____

Инструкция. Вам предлагается ответить на ряд вопросов. Внимательно прослушайте (прочитайте) вопрос и варианты ответов на него. Выберите из трех вариантов ответа «а», «б» или «с», тот который соответствует вашей точке зрения. В таблице рядом с номером ответа поставьте знак «+» в ячейке с соответствующей буквой.

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

ВОПРОСЫ МЕТОДИКИ 16 PF¹

1. Я хорошо понял инструкцию, которую только что прочитал:
а) да; б) не уверен; с) нет.
2. Я 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 Барташев А.А. Диагностика темперамента и характера. СПб., 2007.

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; с) нет.
14. По лицу человека всегда можно заметить, что он нечестный:
- а) да; б) не уверен; с) нет.
15. Было бы хорошо, если бы отпуск (каникулы) был более продолжителен, и каждый был бы обязан его использовать:
- а) согласен; б) не уверен; с) 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; с) не согласен.
17. Я говорю о своих чувствах:
- а) только если это необходимо;
- б) нечто среднее;
- с) 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; с) нет.
19. Когда меня неправильно критикуют за что-то, в чем я не виноват, я:
- а) не испытываю чувства вины;
- б) нечто среднее;
- с) все же чувствую себя немного виноватым.
20. За деньги можно купить почти все:
- а) да; б) не уверен; с) нет.
21. Моим решением руководит больше:
- а) сердце; б) сердце и разум в равной степени; с) 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; с) нет.
23. Иногда, когда я смотрю в зеркало, мне трудно разобраться, где у меня правая, а где левая сторона:
- а) верно; б) не уверен; с) неверно.
24. При разговоре я предпочитаю:
- а) высказывать свои мысли так, как они приходят мне в голову;
- б) нечто среднее;
- с) 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) помогли 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; с) 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) ORPP; б) OORP; в) ROOO.
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; в) 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»; в) «аромат».
154. У меня бывают яркие сновидения, мешающие мне спать:
а) часто; б) иногда; в) практически никогда.
155. Если на пути к успеху стоят серьезные препятствия, я все-таки предпочитаю рискнуть:
а) да; б) нечто среднее; в) 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; в) нет.
157. Мне больше нравится в одежде спокойная корректность, чем бросающаяся в глаза индивидуальность:
а) верно; б) не уверен; в) неверно.
158. Мне больше нравится провести вечер за спокойным любимым занятием, чем в оживленной компании:
а) верно; б) не уверен; в) неверно.
159. Я не обращаю внимания на доброжелательные советы других, даже когда эти советы могли бы быть полезными:
а) редко; б) очень редко; в) никогда.
160. В своих поступках я всегда стараюсь придерживаться общепринятых правил поведения:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
161. Мне не очень нравится, когда смотрят, как я работаю:
а) да; б) нечто среднее; в) нет.
162. Иногда приходится применять силу, потому что не всегда возможно добиться результата с помощью утверждения:
а) верно; б) нечто среднее; в) неверно.
163. В школе я предпочитал (предпочитаю):
а) литературу; б) не уверен; в) математику.
164. Меня иногда огорчало, что обо мне за глаза отзывались неодобрительно без всяких к этому причин:
а) да; б) не уверен; в) нет.
165. Разговор с людьми, которые всегда придерживаются общепринятых правил и традиций:
а) часто вполне интересен и содержателен;
б) нечто среднее;
в) раздражает меня, потому что ограничивается мелочами.
166. Некоторые вещи настолько раздражают меня, что предпочитаю вообще не говорить на эти темы:
а) да; б) нечто среднее; в) 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:
- a) согласился;
 - b) не знаю, что бы сделал;
 - c) вежливо сказал, что занят.
177. Которое из следующих слов не подходит к двум другим словам:
- a) широкий;
 - b) зигзагообразный;
 - c) прямой.
178. «Скоро» так относится к «никогда», как «близко» к:
- a) «нигде»;
 - b) «далеко»;
 - c) «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.

СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ МЕТОДИКИ 16 PF

Опрос испытуемых с помощью методики 16 PF рекомендуется проводить по следующей схеме.

1. Выдайте испытуемому бланк ответов методики 16 PF.

2. Зачитайте инструкцию. 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. В таблице 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.

3. Предложите испытуемому прочитать инструкцию к бланку ответов. Ответьте на вопросы испытуемого.

4. 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.

5. Приступайте к выполнению методики 16 PF. Следите за соблюдением правил выполнения заданий методики. Старайтесь исключать эмоциональные реакции по ходу выполнения заданий.

6. После завершения опроса, соберите бланки ответов методики 16 PF. Поблагодарите испытуемого за участие в опросе.

ПРОТОКОЛИРОВАНИЕ 16 PF В EXCEL

Заполнение протокола

1. Файл EXCEL назовите **2016_ФИ_учебная практика**, где ФИ – фамилия и имя студента.

Лист EXCEL назовите **протокол 16 PF**.

В первой строке листа **протокол 16 PF** столбцы (A, B, C, D) назовите: «**№**», «**дата**», «**возраст**», «**пол**».

Дайте названия ячейкам первой строки всех возможных ответов на задания методики **16 PF**. Для этого следующие столбцы назовите: **a1, b1, c1, a2, b2, c2, a3, b3, c3, ..., a187, b187, c187**.

Процесс наименования столбцов можно автоматизировать. Вначале наберите в трех столбцах: **a1, b1, c1**. Затем выделите эти три названия и «протяните» их в следующие ячейки строки до тех пор пока не появятся названия: **a187, b187, c187**.

2. Во вторую и третью строки занесите из бланка методики 16 PF ответы первого (№ 1) и второго (№ 2) испытуемого на каждый вопрос методики:

– «1», если в ячейке с соответствующей буквой поставлен знак «+»;

– «0», если ячейка с соответствующей буквой не отмечена

Пример протокола 16 PF

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	A				
1	№	дата	возраст	пол	a1	b1	c1	a2	b2	c2	a3	b3	c3	a4	b4	c4	a5	b5	c5	a6	b6	c6	a7	b7	c7	a8	b8	c8	a9	b9	c9	a10	b10	c10	a1				
2	1	2016	18	женский	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0
3	2	2016	39	мужской	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0		

Вычисление значений факторов методики 16 PF

Дайте названия факторов методики 16 PF ячейкам первой строки, следующим за столбцом «**c187**»:

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_Низкий самоконтроль – Высокий самоконтроль;
Q4_Расслабленность – Напряженность.

Вычислите значения факторов методики 16 PF по соответствующим формулам EXCEL, в которых знак «=» означает начало расчетов, знак «буква-число» означает координаты ячейки, знак умножения «*», знак деления «/».

Рекомендуется в численном значении фактора оставить два знака после запятой.

Формула для фактора А_Замкнутость – Открытость:

$$=(a3^2 + b3 + b26 + c26^2 + b27 + b27^2 + b51 + c51^2 + a52^2 + b52 + b76 + c76^2 + a101^2 + b101 + a126^2 + b126 + b151 + c151^2 + a176^2 + b176)/20.$$

Формула для фактора В_Конкретность мышления – Абстрактность мышления:

$$=(b28 + b53 + b54 + c77 + b78 + c102 + b103 + c127 + b128 + a152 + c153 + a177 + a178)/13.$$

Формула для фактора С_Эмоциональная неустойчивость – Эмоциональная устойчивость:

$$=(a4^2 + b4 + b5 + c5^2 + b29 + c29^2 + a30^2 + b30 + a55^2 + b55 + b79 + c79^2 + b80 + c80^2 + a104^2 + b104 + a105^2 + b105 + b129 + c129^2 + a130^2 + b130 + b154 + c154^2 + a179^2 + b179)/26.$$

Формула для фактора Е_Подчиненность – Доминантность:

$$=(b6 + c6^2 + a7^2 + b7 + b31 + c31^2 + b32 + c32^2 + a56^2 + b56 + b57 + c57^2 + b81 + c81^2 + b106 + c106^2 + a131^2 + b131 + a155^2 + b155 + a156^2 + b156 + a180^2 + b180 + a181^2 + b181)/26.$$

Формула для фактора F_Рассудительность – Безрассудство:

$$=(b8 + c8^2 + a33^2 + b33 + a58^2 + b58 + b82 + c82^2 + a83^2 + b83 + b107 + c107^2 + b108 + c108^2 + a132^2 + b132 + b157 + c157^2 + b158 + c158^2 + a182^2 + b182 + a183^2 + b183)/24.$$

Формула для фактора **G_Безответственность – Ответственность:**

$$=(b9 + c9*2 + b34 + c34*2 + b59 + c59*2 + b84 + c84*2 + a109*2 + b109 + a134*2 + b134 + b159 + c159*2 + a160*2 + b160 + a184*2 + b184 + a185*2 + b185)/20.$$

Формула для фактора **H_Нерешительность – Решительность:**

$$=(a10*2 + b10 + b35 + c35*2 + a36*2 + b36 + b60 + c60*2 + b61 + c61*2 + b85 + c85*2 + b86 + c86*2 + a110*2 + b110 + a111*2 + b111 + a135*2 + b135 + a136*2 + b136 + b161 + c161*2 + a186*2 + b186)/26.$$

Формула для фактора **I_Жесткость – Мягкость:**

$$=(b11 + c11*2 + a12*2 + b12 + a37*2 + b37 + b62 + c62*2 + b87 + c87*2 + a112*2 + b112 + b137 + c137*2 + a138*2 + b138 + b162 + c162*2 + a163*2 + b163)/20.$$

Формула для фактора **L_Доверчивость – Подозрительность:**

$$=(b13 + c13*2 + a38*2 + b38 + b63 + c63*2 + b64 + c64*2 + a88*2 + b88 + b89 + c89*2 + a113*2 + b113 + a114*2 + b114 + b139 + c139*2 + a164*2 + b164)/20.$$

Формула для фактора **M_Практичность – Мечтательность:**

$$=(b14 + c14*2 + a15*2 + b15 + a39*2 + b39 + a40*2 + b40 + a65*2 + b65 + b90 + c90*2 + a91*2 + b91 + a115*2 + b115 + a116*2 + b116 + a140*2 + b140 + b141 + c141*2 + b165 + c165*2 + b166 + c166*2)/26.$$

Формула для фактора **N_Прямолинейность – Дипломатичность:**

$$=(b16 + c16*2 + a17*2 + b17 + b41 + c41*2 + a42*2 + b42 + b66 + c66*2 + b67 + c67*2 + b92 + c92*2 + b117 + c117*2 + a142*2 + b142 + a167*2 + b167)/20.$$

Формула для фактора **O_Выдержанность – Тревожность:**

$$=(a18*2 + b18 + b19 + c19*2 + a43*2 + b43 + b44 + c44*2 + b68 + c68*2 + a69*2 + b69 + b93 + c93*2 + a94*2 + b94 + a118*2 + b118 + b119 + c119*2 + a143*2 + b143 + b144 + c144*2 + b168 + c168*2)/26.$$

Формула для фактора **Q1_Консерватизм – Радикализм:**

$$=(a20*2 + b20 + b21 + c21*2 + b45 + c45*2 + a46*2 + b46 + a70*2 + b70 + b95 + c95*2 + b120 + c120*2 + a145*2 + b145 + a169*2 + b169 + b170 + c170*2)/20.$$

Формула для фактора **Q2_Конформизм – Нонконформизм:**

$$=(b22 + c22*2 + a47*2 + b47 + a71*2 + b71 + a72*2 + b72 + b96 + c96*2 + b97 + c97*2 + a121*2 + b121 + b122 + c122*2 + a146*2 + b146 + a171*2 + b171)/20.$$

Формула для фактора **Q3_Низкий самоконтроль – Высокий самоконтроль:**

$$=(b23 + c23*2 + b24 + c24*2 + a48*2 + b48 + a73*2 + b73 + a98*2 + b98 + b123 + c123*2 + b147 + c147*2 + a148*2 + b148 + b172 + c172*2 + a173*2 + b173)/20.$$

Формула для фактора Q4_Расслабленность – Напряженность:

$$=(b25 + c25*2 + a49*2 + b49 + a50*2 + b50 + a74*2 + b74 + b75 + c75*2 + a99*2 + b99 + b100 + c100*2 + a124*2 + b124 + b125 + c125*2 + a149*2 + b149 + b150 + c150*2 + a174*2 + b174 + b175 + c175*2)/26.$$

Пример вычисленных значений факторов методики 16 PF

	UP	UQ	UR	US	UT	UU	UV	UW	UX	UY	UZ	VA	VB	VC	VD	VE	VF	VG	VH	VI
1	c186	a187	b187	c187	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_Низкий самоконтроль – Высокий самоконтроль.	Q4_Расслабленность – Напряженность.
2	0	0	0	1	0,35	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
3	0	0	1	0	0,45	0,54	0,46	0,65	0,29	0,55	0,45	0,23	0,42	0,54	0,45	0,69	0,54	0,46	0,65	0,63

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО АНАЛИЗУ И ОБЩЕНИЮ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ, ПОЛУЧЕННЫХ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ 16PF

Для каждого испытуемого составляют 16PF-профиль относительно стабильных личностных свойствах, на основании вычисленных значений факторов 16PF.

Выбирают факторы, у которых значения или меньше 0,35, или больше 0,65.

Если значения фактора 16 PF меньше 0,35, то у испытуемого выражена черта личности, соответствующая низкому значению фактора.

Если значения фактора 16 PF больше 0,65, то у испытуемого выражена черта личности, соответствующая высокому значению фактора.

Составляются психологические портреты испытуемых по выявленным выраженным чертам личности в соответствии и интерпретациями значений факторов методики 16 PF.

ПРИМЕР АНАЛИЗА И ОБЩЕНИЯ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ, ПОЛУЧЕННЫХ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ 16PF

Краткие биографические данные: женщина, возраст которой около 45 лет.

Согласно вычисленных значений факторов методики 16 PF составлен 16PF-профиль черт личности испытуемого.

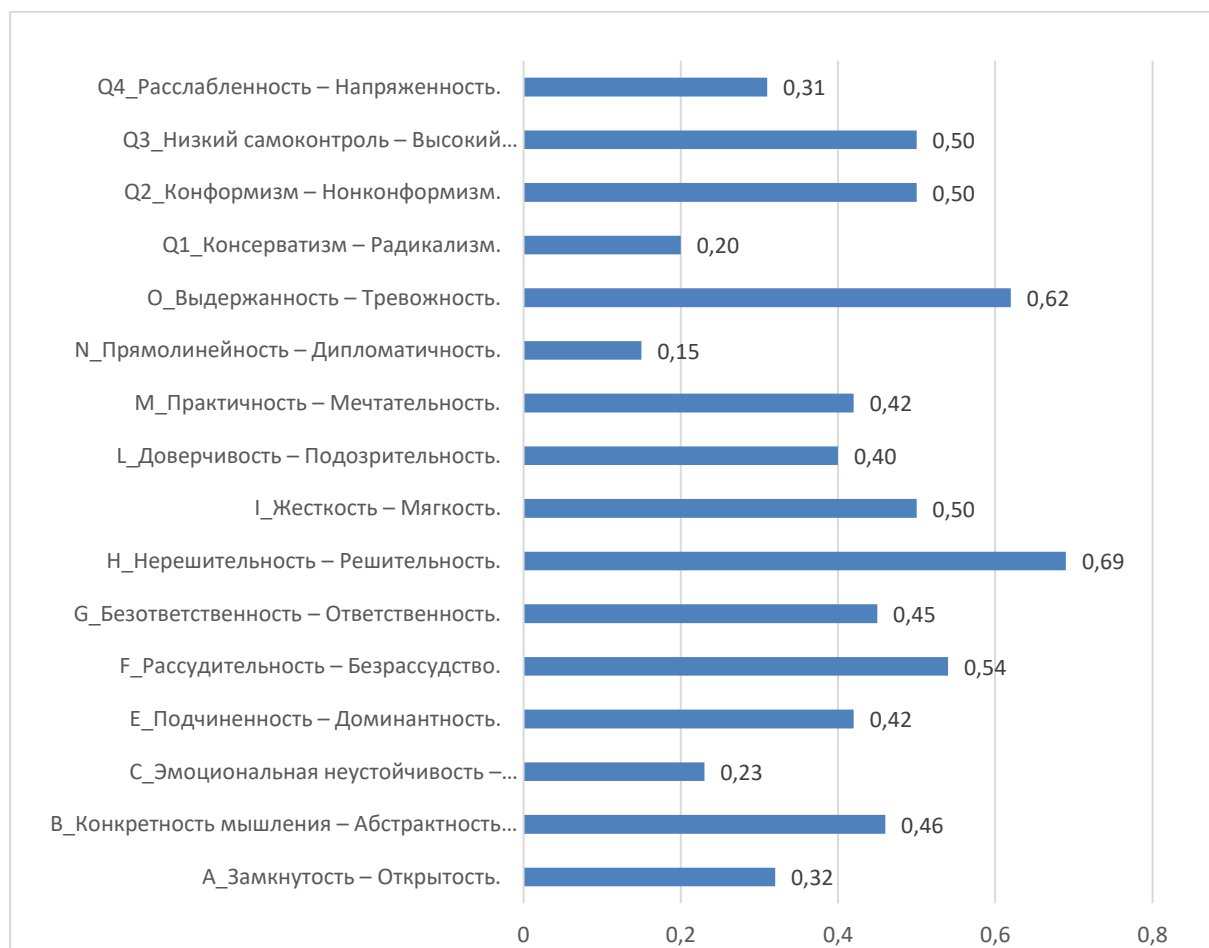


Рисунок. 16PF-профиль относительно стабильных личностных свойств испытуемого

На основании 16PF-профиля выделены выраженные у испытуемого относительно стабильные черты личности:

- Замкнутость (фактор А);
- Эмоциональная неустойчивость (фактор С);
- Решительность (фактор Н);
- Прямолинейность (фактор N);

- Тревожность (фактор O);
- Консерватизм (фактор Q1);
- Расслабленность (фактор Q4).

Опишем часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики 16PF

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

7. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ «САМОАКТУАЛИЗАЦИОННОГО ТЕСТА (САТ)» Л.Я. ГОЗМАНА, М.В. КРОЗА, М.В.ЛАТИНСКОЙ

Теоретическое обоснование 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. ... 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.

Для измерения самоактуализации как многомерного феномена Э. Шостромом был разработан опросник (Personal Orientation Inventory).

Адаптация POI позволила российским исследователям Гозману Л.Я., Крозу М.В., Латинской создать оригинальную методику «Самоактуализационный тест», краткое название методика САТ.

САТ предназначен для измерения самоактуализационных потребностей испытуемого.

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

ЗНАЧЕНИЯ ШКАЛ МЕТОДИКИ САТ

Знак	Название шкалы	Свойство личности, соответствующее низкому значению шкалы	Свойство личности, соответствующее высокому значению
А	Ориентации во времени	У человека дискретное восприятие сегодняшнего момента своей жизни, «настоящее» для него или «фатальное следствие прошлого», или только подготовка к предстоящей «настоящей жизни».	Человек способен переживать сегодняшнего момента своей жизни во всей его полноте, ощущать неразрывность «прошлого», «настоящего» и «будущего».
Б	Поддержки	У человека высокая степень зависимости, конформизма, несамостоятельности. Он сильно подвержен внешнему влиянию.	У человека низкая степень зависимости, конформизма, несамостоятельности. Он мало подвержен внешнему влиянию.
В	Ценностных ориентаций	Человек мало разделяет ценности самоактуализации.	Человек сильно разделяет ценности самоактуализации.
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 хорошо 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 мало способен спонтанно и непосредственно выражать свои чувства.	Человек хорошо способен спонтанно и непосредственно выражать свои чувства.

Знак	Название шкалы	Свойство личности, соответствующее низкому значению шкалы	Свойство личности, соответствующее высокому значению
Ж	Самоуважения	Человек мало способен ценить свои достоинства, положительные свойства, уважать себя.	Человек хорошо способен ценить свои достоинства, положительные свойства, уважать себя.
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.
И	Представлений о природе человека	У человека низкая степень склонности воспринимать природу человека в целом как положительную: «люди в своей массе редко добры».	У человека высокая степень склонности воспринимать природу человека в целом как положительную: «люди в своей массе часто добры».
К	Синергии	Человек мало способен к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связи противоположностей, таких как добро и зло, тело и дух и др.	Человек хорошо способен к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связи противоположностей, таких как добро и зло, тело и дух и др.
Л	Принятия агрессии	Человек мало способен принимать свое раздражение, гнев и агрессивность как естественное проявление человеческой природы.	Человек часто способен принимать свое раздражение, гнев и агрессивность как естественное проявление человеческой природы.
М	Контактности	Человек мало способен к быстрому установлению глубоких и тесных контактов с людьми, к общению с ними.	Человек часто способен к быстрому установлению глубоких и тесных контактов с людьми, к общению с ними.

Знак	Название шкалы	Свойство личности, соответствующее низкому значению шкалы	Свойство личности, соответствующее высокому значению
Н	Познавательных потребностей	У человека слабое стремление к приобретению знаний об окружающем мире.	У человека сильное стремление к приобретению знаний об окружающем мире.
О	Креативности	У человека слабо выражена творческая направленности личности.	У человека сильно выражена творческая направленности личности.

БЛАНК МЕТОДИКИ САТ

Имя _____ Возраст _____ Дата _____

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

Внимательно 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.

№	а	б	№	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					

ВОПРОСЫ МЕТОДИКИ САТ¹

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.

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 удается руководствоваться в жизни своими собственными чувствами и желаниями.

б) Мне не часто удается 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.

СХЕМА ПРОВЕДЕНИЯ МЕТОДИКИ САТ

Опрос испытуемых с помощью методики САТ рекомендуется проводить по следующей схеме.

1. Выдайте испытуемому бланк ответов методики САТ .
2. Зачитайте инструкцию. Вам предлагается тест, каждый пункт которого содержит два утверждения, обозначенные буквами «а» и «б».

Внимательно 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.

3. Предложите испытуемому прочитать инструкцию к бланку ответов. Ответьте на вопросы испытуемого.

4. 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.

5. Приступайте к выполнению методики САТ. Следите за соблюдением правил выполнения заданий методики. Старайтесь исключать эмоциональные реакции по ходу выполнения заданий.

6. После завершения опроса, соберите бланки ответов методики САТ. Поблагодарите испытуемого за участие в опросе.

ПРОТОКОЛИРОВАНИЕ САТ В EXCEL

Заполнение протокола

1. Лист файла **2016_ФИ_учебная практика** назовите **протокол САТ**.

В первой строке листа **протокол 16 PF** столбцы (A, B, C, D) назовите: «**№**», «**дата**», «**возраст**», «**пол**».

Дайте названия ячейкам первой строки всех возможных ответов на задания методики **САТ**. Для этого следующие столбцы назовите: **a1, b1, a2, b2, a3, b3, c3, ..., a126, b126**.

Процесс наименования столбцов можно автоматизировать. Вначале наберите в двух столбцах: **a1, b1**. Затем выделите эти два названия и «протяните» их в следующие ячейки строки до тех пор пока не появятся названия: **a126, b126**.

2. Во вторую и третью строки занесите из бланка методики САТ ответы первого (№ 1) и второго (№ 2) испытуемого на каждый вопрос методики:

– «1», если в ячейке с соответствующей буквой поставлен знак «+»;

– «0», если ячейка с соответствующей буквой не отмечена

Пример протокола САТ

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE
1	№	дата	возраст	пол	a1	b1	a2	b2	a3	b3	a4	b4	a5	b5	a6	b6	a7	b7	a8	b8	a9	b9	a10	b10	a11	b11	a12	b12	a13	b13	a14
2	1	2016	18	женский	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1
3	2	2016	39	мужской	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1

Вычисление значений факторов методики 16 PF

Дайте названия факторов методики САТ ячейкам первой строки, следующим за столбцом «**b126**»:

A_ ориентации во времени;

B_ поддержки;

V_ 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.

Вычислите значения шкал методики САТ по соответствующим формулам EXCEL, в которых знак «=» означает начало расчетов, знак «буква-число» означает координаты ячейки, знак умножения «*», знак деления «/». Рекомендуются в численном значении фактора оставить два знака после запятой.

Формула для шкалы А_ориентации во времени:

$$=(a11 + b16 + b18 + a21 + b28 + b38 + b40 + 416 + b45 + b60 + b64 + b71 + b76 + b82 + b91 + b106 + b126)/17.$$

Формула для шкалы Б_поддержки:

$$=(b1 + 2b + 3b + a4 + b5 + b7 + a8 + a9 + a10 + b12 + b14 + b15 + a17 + a19 + b22 + a23 + b25 + b26 + b27 + a29 + b31 + a32 + b33 + a34 + b35 + b36 + b39 + a42 + a43 + b44 + a46 + b47 + b49 + b50 + b51 + a52 + a53 + a55 + a56 + b57 + a59 + b61 + b62 + b65 + a66 + b67 + a68 + b69 + a70 + b72 + a73 + b74 + b75 + a77 + b79 + a80 + a81 + a83 + b85 + a86 + b87 + b88 + b89 + a90 + a93 + a94 + b95 + a96 + a97 + a98 + b99 + a100 + a102 + b103 + a104 + b105 + b108 + a109 + a110 + b111 + a113 + a114 + a115 + b116 + b117 + a118 + b119 + a120 + a122 + b123 + b125)/91.$$

Формула для шкалы В_ценностной ориентации:

$$=(a17 + a29 + a42 + b49 + b50 + a53 + a56 + a59 + b67 + a68 + b69 + a80 + a81 + a90 + a93 + a97 + b99 + a113 + a114 + a122)/20.$$

Формула для шкалы Г_гибкости поведения:

$$=(a3 + a9 + b12 + b33 + b36 + b38 + b40 + b47 + b50 + b51 + b61 + b62 + b65 + a68 + a70 + b74 + b82 + b85 + b95 + a97 + b99 + a102 + b105 + b123)/24.$$

Формула для шкалы Д_сензитивности к себе:

$$=(b2 + b5 + a10 + a43 + a46 + a55 + a73 + a77 + a83 + b89 + b103 + b119 + a122)/13.$$

Формула для шкалы Е_спонтанности:

$$=(b5 + b14 + b15 + b26 + a42 + b62 + b67 + b74 + a77 + a80 + a81 + a83 + b95 + a114)/14.$$

Формула для шкалы **Ж_самоуважения**:

$$=(62 + a3 + 67 + a23 + a29 + 644 + a53 + a66 + 669 + a98 + a100 + a102 + 6106 + a114 + a122)/15.$$

Формула для шкалы **З_самопринятия**:

$$=(61 + a8 + 614 + 622 + 631 + a32 + a34 + 639 + a53 + 661 + 671 + 675 + a86 + 687 + a104 + 6105 + 6106 + a110 + 6111 + 6116 + 6125)/21.$$

Формула для шкалы **И_представлений о природе человека**:

$$=(a23 + 625 + 627 + 650 + a66 + a90 + a94 + a97 + 699 + a113)/10.$$

Формула для шкалы **К_синергии**:

$$=(650 + a68 + 691 + a93 + a97 + 699 + a113)/7.$$

Формула для шкалы **Л_принятия агрессии**:

$$=(65 + a8 + a10 + 615 + a19 + a29 + 639 + a43 + a46 + a56 + 657 + 667 + 685 + a93 + a94 + a115)/16.$$

Формула для шкалы **М_контактности**:

$$=(65 + 67 + a17 + 626 + 633 + 636 + a46 + 665 + a70 + a73 + 674 + 675 + 679 + a96 + 699 + 6103 + 6108 + a109 + a120 + 6123)/20.$$

Формула для шкалы **Н_познавательных потребностей**:

$$=(a13 + 620 + a37 + a48 + 663 + a66 + 678 + 682 + a92 + 6107 + 6121)/11.$$

Формула для шкалы **О_креативности**:

$$=(66 + a24 + a30 + a42 + a54 + a58 + a59 + a68 + a84 + a101 + 6105 + 6112 + 6123 + 6124)/14.$$

Пример вычисленных значений шкал методики САТ

	IT	IU	IV	IW	IX	IY	IZ	JA	JB	JC	JD	JE	JF	JG	JH	JI
			А. Шкала Ориентации в времени	Б. Шкала Поддержки	В. Шкала Ценностной ориентации	Г. Шкала Гибкости поведения	Д. Шкала Сензитивности к себе	Е. Шкала Спонтанности	Ж. Шкала Самоуважен	З. Шкала Самопринятия	И. Шкала Представлен	К. Шкала Синергии	Л. Шкала Принятия агрессии	М. Шкала Контактности	Н. Шкала Познавательн	О. Шкала Креативности
1	126a	126б														
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
3	0	1	0,76	0,46	0,40	0,54	0,71	0,36	0,67	0,57	0,20	0,29	0,56	0,40	0,55	0,36

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО АНАЛИЗУ И ОБЩЕНИЮ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ, ПОЛУЧЕННЫХ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ САТ

Для каждого испытуемого составляют САТ-профиль свойств личности испытуемого, на основании вычисленных значений шкал.

Выбирают шкалы, у которых значения или меньше 0,35, или больше 0,65, свидетельствующие о выраженных у испытуемого соответствующего свойства личности.

Если значения шкалы САТ меньше 0,35, то у испытуемого выражено свойство личности, соответствующее низкому значению шкалы.

Если значения шкалы САТ больше 0,65, то у испытуемого выражено свойство личности, соответствующее высокому значению шкалы.

Составляются психологические портреты испытуемых по выявленным выраженным свойствам личности в соответствии и интерпретациями значений шкал методики САТ.

ПРИМЕР АНАЛИЗА И ОБЩЕНИЯ ЭМПИРИЧЕСКИХ ФАКТОВ, ПОЛУЧЕННЫХ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДИКИ САТ

Краткие биографические данные: женщина, возраст которой около 45 лет.

Согласно вычисленных значений шкал методики САТ составлен САТ-профиль самоактуализационных потребностей.

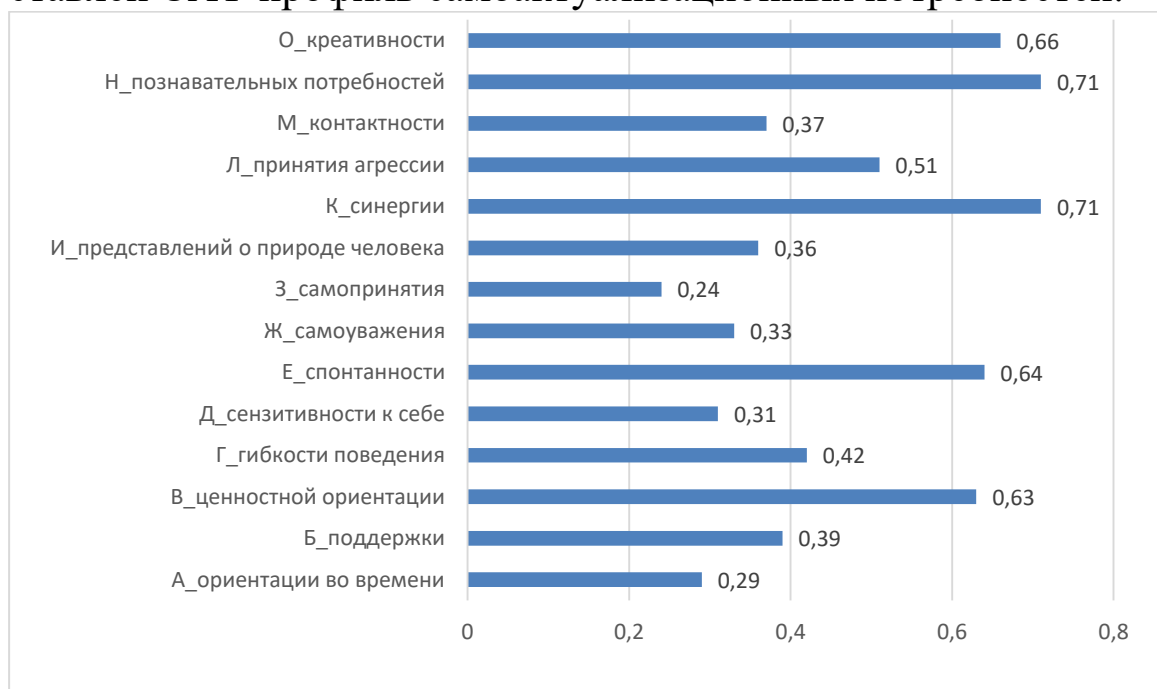


Рисунок. САТ-профиль самоактуализационных потребностей испытуемого

На основании САТ-профиля выделены значения шкал, свидетельствующие о выраженных самоактуализационных потребностях испытуемого:

- низкие значения шкалы **А_ориентации во времени**;
- низкие значения шкалы **Д_сензитивности к себе**;
- низкие значения шкалы **З_самопринятия**;
- высокие значения шкалы **К_синергии**;
- высокие значения шкалы **Н_познавательных потребностей**;
- высокие значения шкалы **О_креативности**.

Опишем часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики САТ.

Краткие биографические данные: женщина, возраст которой около 45 лет.

У женщины выражены следующие самоактуализационные потребности:

– у нее дискретное восприятие своего жизненного пути, то есть «настоящее» для нее либо «фатальное следствие прошлого», либо пока подготовка к предстоящей «настоящей жизни»;

– она плохо отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, плохо ощущает и рефлексит их;

– у нее низкая степень принятия себя такой, как есть, зависима от оценки своих достоинств и недостатков;

– сильно выражена способность к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связи противоположностей, таких как добро и зло, тело и дух и др.;

– сильное стремление к приобретению знаний об окружающем мире;

– сильно выражена творческая направленности личности.

8. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА

Рекомендуется составлять психологические портреты для каждого испытуемого отдельно, путем объединения частей портретов, полученных с помощью методик наблюдения и опросников.

Проводят редактирование объединенного текста, устраняют повторы, уточняют описания свойств испытуемых на основе фактов, полученных с помощью методик наблюдения и опросов.

Составляют психологический портрет испытуемого по следующей схеме:

- приводят краткие биографические сведения об испытуемом;
- описывают свойства личности испытуемого выявленные с помощью методик опроса;
- описывают свойства личности испытуемого выявленные с помощью методик наблюдения.

ПРИМЕР ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА ИСПЫТУЕМОГО

В апреле 2017 г. с помощью методик опроса и наблюдения составлен психологический портрет женщины.

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

У женщины выявлены относительно стабильные свойства личности, в том числе, малая общительность, эмоциональная неустойчивость, социальная смелость, прямолинейность и наивность. Она консервативна, уважает традиции, бывает несдержанная и расслабленная.

У женщины выявлены следующие свойства личности, относящихся к самоактуализационным потребностям: у нее дискретное восприятие своего жизненного пути, то есть «настоящее» для нее либо «фатальное следствие прошлого», либо пока подготовка к предстоящей «настоящей жизни»; она плохо отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, плохо ощущает и рефлексировывает их; у нее низкая степень принятия себя такой, как есть, зависима от оценки своих достоинств и недостатков. У нее сильно выражена способность к целостному восприятию мира и людей, к пониманию связи противоположностей, таких как добро и зло, тело и дух и др.; высокое стремление к приобретению знаний об окружающем мире; сильно выражена творческая направленности личности.

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 обста-

новкой (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.

9. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ОТЧЕТА О ВЫПОЛНЕНИИ ЗАДАНИЙ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

Защита отчета

Отчет о выполнении заданий учебной практики составляется в файле WORD (шрифт Times, размер шрифта 12, интервал одинарный, абзацный отступ 1 см, поля по 2 см). Имя файла **2017_Фамилия имя студента_УП1_портрет**.

Отчет, содержащий **протоколы и вычисления значений шкал методик 16 PF и САТ**, составляется в файле EXCEL Имя файла **2017_Фамилия имя студента_УП1_портрет**.

На защиту представляются файлы WORD и EXCEL отчетов и титульный лист отчета.

Структура отчета

Титульный лист

Введение (цель практики, биографические данные испытуемых, описание ситуаций, места и времени проведения наблюдений и опросов).

1. Составление психологического портрета первого испытуемого

1.1. Биографические сведения о первом испытуемом

1.2. Составление психологического портрета с помощью наблюдения

Заполненный дневник наблюдения внешнего вида

Эмпирические факты о свойствах внешнего вида

Заполненный дневник наблюдения коммуникативных способностей

Эмпирические факты о свойствах коммуникативных способностей

Часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики наблюдения

1.3. Составление психологического портрета с помощью опросников

Заполненный бланк методики 16PF

Эмпирические факты, полученные с помощью методики 16PF

Часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики 16PF

Заполненный бланк методики САТ

Эмпирические факты, полученные с помощью методики САТ

Часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики САТ

1.4. Психологический портрет первого испытуемого

2. Составление психологического портрета второго испытуемого

2.1. Биографические сведения о втором испытуемом

2.2. Составление психологического портрета с помощью наблюдения

Заполненный дневник наблюдения внешнего вида

Эмпирические факты о свойствах внешнего вида

Заполненный дневник наблюдения коммуникативных способностей

Эмпирические факты о свойствах коммуникативных способностей

Часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики наблюдения

2.3. Составление психологического портрета с помощью опросников

Заполненный бланк методики 16PF

Эмпирические факты, полученные с помощью методики 16PF

Часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики 16PF

Заполненный бланк методики САТ

Эмпирические факты, полученные с помощью методики САТ

Часть психологического портрета испытуемого по фактам, полученным с помощью методики САТ

2.4. Психологический портрет второго испытуемого

Заключение (основные трудности выполнения заданий практики, результаты обсуждения с испытуемым составленных психологических портретов).

Форма титульного листа отчета

Министерство образования и науки Российской Федерации
КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ОТЧЕТ

о выполнении заданий учебной практики студентом 1 курса,
обучающемуся по направлению «Психология»

Фамилия, имя, отчество студента

Дата защиты отчета _____

Оценка _____

Научный руководитель

Краснодар
2017

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Барташев А.А. Диагностика темперамента и характера. СПб., 2007.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М., 2012.
3. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб., 2007.
4. Некрасов С.Д. Математические методы в психологии (MS Excel). Краснодар, 2014.
5. Некрасов С.Д. Психологический портрет человека. Краснодар, 2014.
6. 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.
7. Гозман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. Самоактуализационный тест. М., 1995.
8. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и применение). СПб., 1997.
9. Экспериментальная психология: Практикум / под ред. С.Д. Смирнова, Т.В. Корниловой. М., 2015.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	3
1. Схема учебной практики	5
2. Общие рекомендации по проведению наблюдения	6
3. Рекомендации по проведению наблюдения внешнего вида.....	8
Схема дневника наблюдения внешнего вида испытуемого в домашней обстановке.....	9
Пример дневника наблюдения внешнего вида испытуемого в домашней обстановке.....	10
Схема дневника наблюдения внешнего вида испытуемого во внедомашней обстановке.....	11
Пример дневника наблюдения внешнего вида испытуемого во внедомашней обстановке.....	12
Пример анализа и общения эмпирических фактов о внешнем виде человека.....	13
4. Рекомендации по проведению наблюдения коммуникативных способностей	14
Схема дневника наблюдения коммуникативных способностей.....	15
Пример дневника наблюдения коммуникативных способностей испытуемого	16
Пример анализа и общения эмпирических фактов о коммуникативных способностях человека.....	17
Пример части психологического портрета человека, составленный по наблюдаемым фактам	18
5. Общие рекомендации по проведению опросников	20
6. Рекомендации по проведению «16-факторного личностного опросника (16 PF)» Р. Кеттелла	21
Значения факторов методики 16 PF	22
Бланк методики 16 PF	23

Вопросы методики 16 PF	24
Схема проведения методики 16 PF	39
Протоколирование 16 PF в EXCEL	40
Рекомендации по анализу и общению эмпирических фактов, полученных с помощью методики 16PF	44
Пример анализа и общения эмпирических фактов, полученных с помощью методики 16PF	45
7. Рекомендации по проведению «Самоактуализационного теста (САТ)» Л.Я. Гозмана, М.В. Кроза, М.В.Латинской	47
Значения шкал методики САТ	48
Бланк методики САТ	51
Вопросы методики САТ	52
Схема проведения методики САТ	63
Протоколирование САТ в EXCEL	64
Рекомендации по анализу и общению эмпирических фактов, полученных с помощью методики САТ	67
Пример анализа и общения эмпирических фактов, полученных с помощью методики САТ	68
8. Рекомендации по составлению психологического портрета	70
9. Рекомендации по составлению отчета о выполнении заданий учебной практики	73
Рекомендуемая литература	76

Учебное издание

Некрасов Сергей Дмитриевич

КАК СОСТАВИТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ЧЕЛОВЕКА
Учебно-методическое пособие

Публикуется в авторской редакции

Подписано в печать 23.03.2017 г. Формат 60x84^{1/16}

Усл. печ. л. 5,05. Тираж 300 экз.

Заказ № 2533.

Кубанский государственный университет
350040, г. Краснодар, ул. Ставропольская, 149.

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