



МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ



О.С. Колесніченко

І.І. Приходько

Я.В. Мацегора

Н.В. Юр'єва

А.А. Лиман

М.С. Байда

ПРИКЛАДНА ПСИХОДІАГНОСТИКА В НАЦІОНАЛЬНІЙ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

Посібник



НАЦІОНАЛЬНА ГВАРДІЯ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

ПРИКЛАДНА ПСИХОДІАГНОСТИКА В НАЦІОНАЛЬНІЙ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

Методичний посібник

Харків
2020

УДК 159.9:355/351.743

П86

А в т о р с ь к и й к о л е к т и в :

О. С. Колесніченко, д-р психол. наук, ст. наук. співробітник (вступ, 1.1; 2.1; 2.4, висновки, предметний покажчик, бібліографічний список); **І. І. Приходько**, д-р психол. наук, проф. (1.2; 2.2; 2.4); **Я. В. Мацегора**, канд. психол. наук, ст. наук. співробітник (1.3; 2.3; 2.4); **Н. В. Юр'єва**, канд. психол. наук (1.1–1.3; 2.6); **А. А. Лиман** (2.3–2.6); **М. С. Байда** (2.3; 2.5, 2.6)

Рекомендовано до видання вченою радою Національної академії Національної гвардії України як методичний посібник (протокол № 10 від 30.10.2019 р.)

Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України:
П86 метод. посіб. / Колесніченко О. С. та ін.; за заг. ред. проф. І. І. Приходька.
Харків : НАНГУ, 2020. 388 с.
ISBN 978-966-8671-57-9

Методичний посібник містить психодіагностичні методики, що пройшли широку апробацію і зарекомендували себе як надійні психодіагностичні засоби й останнім часом набувають популярності у колі психологів-практиків. Методики розглянуто відповідно до певного алгоритму, що дозволяє зрозуміти як їх психологічний зміст, так і технологію роботи психодіагноста.

Запропонований інструментарій розширює можливості психологів військових частин щодо проведення професійного психологічного відбору кандидатів на військову службу в Національну гвардію України, вивчення індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців, соціально-психологічних процесів і явищ у військових колективах і прогнозування їх розвитку, збереження психологічної безпеки особового складу, запобігання розвитку негативних психічних станів, які можуть виникати під час виконання службово-бойових завдань, в організації психологічної допомоги військовослужбовцям тощо.

Для практичних психологів, викладачів, слухачів магістратури, аспірантів, курсантів і студентів вищих навчальних закладів – майбутніх психологів.

Рис. 5; табл. 56; бібліогр.: 68 назв.

УДК 159.9:355/351.743

Р е ц е н з е н т и :

Л. М. Балабанова, професор кафедри психології екстремальної діяльності соціально-психологічного факультету Національного університету цивільного захисту України, д-р психол. наук, професор;

В. І. Пасічник, доцент кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення оперативного-тактичного факультету Національної академії Національної гвардії України, канд. психол. наук, доцент

З М І С Т

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1 ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА ПСИХОЛОГА НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ	8
1.1 Зміст та особливості професійної діяльності психолога Національної гвардії України	8
1.2 Психодіагностична діяльність психолога Національної гвардії України	13
1.3 Нормативно-правове забезпечення психологічної роботи психолога Національної гвардії України	16
РОЗДІЛ 2 ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИКИ ВИВЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ І МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ	25
2.1 Визначення загальних здібностей особистості військовослужбовця Національної гвардії України	26
2.1.1 Методика прогресивних матриць Дж. Равена	29
2.1.2 Методика “Короткий орієнтувальний тест” (адаптований тест Вандерліка)	41
2.1.3 Опитувальник загальної компетентності (О. С. Штепа)	48
2.2 Дослідження типологічних особливостей особистості військовослужбовця Національної гвардії України	50
2.2.1 Методика “Самооцінка структури темпераменту” (Б. М. Смирнов)	55
2.2.2 Методика визначення особливостей акцентуації (К. Леонгард–Х. Шмішек)	60
2.2.3 16-факторний опитувальник (Р. Б. Кеттелл)	67
2.3 Дослідження мотиваційно-ціннісних особливостей особистості військовослужбовця Національної гвардії України	84
2.3.1 Закрита анкета вивчення мотивації професійного вибору абітурієнтів вищих навчальних закладів Міністерства внутрішніх справ	87
2.3.2 Методики “Діагностика мотивації прагнення до успіху” і “Діагностика мотивації уникнення невдач” (Т. Елерс)	91
2.3.3 Методика вивчення мотиваційного профілю особистості (Ш. Річі та П. Мартін)	95
2.3.4 Методика діагностики мотивації успіху й остраху невдачі (А. О. Реан)	106
2.3.5 Тест сенсо-життєвих орієнтацій (в адаптації К. Муздибаєва)	108
2.3.6 Шкала базових переконань (Р. Янов-Бульман)	111
2.3.7 Оцінювання мотиваційної спрямованості особистості (Ю. Куль)	114
2.3.8 Колірний тест відношень (А. М. Еткінд)	121
2.3.9 Методика для вивчення цінностей особистості “Профіль особистості” (Ш. Шварц)	127

2.4. Дослідження компонентів саморегуляції особистості військовослужбовця Національної гвардії України	130
2.4.1 Методика “Локус контролю” (у модифікації Є. Г. Ксенофонтової)	132
2.4.2 Методика “Вольова регуляція особистості” (М. С. Гуткіна, Г. Ф. Михальченко)	139
2.4.3 Опитувальник “Стиль саморегуляції поведінки” В. Моросанова	143
2.4.4 Методика “Здатність до самоврядування” (Н. М. Пейсахов)	150
2.4.5 Методика “Тест-опитувальник особистісної зрілості” (Ю. З. Гільбух)	156
2.4.6 Методика “Особистісні чинники прийняття рішень” (Т. В. Корнілова)	167
2.4.7 Методика “Вольові якості особистості” (М. В. Чумаков)	169
2.4.8 Тест життєстійкості (С. Мадді, переклад і адаптація Д. О. Леонтєва, Є. І. Рассказової)	175
2.4.9 Діагностика копінг-стратегій: опитувальник COPE (Ч. Кавер, М. Шейер, Д. Вентрауб)	180
2.4.10 Тест-опитувальник “Самовідношення” (В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв)	184
2.4.11 Шкала переживання часу (О. О. Кронік, Є. І. Головаха)	193
2.4.12 Методика “Характеристики емоційності” (Є. П. Ільїн)	194
2.5 Діагностика психічних станів особистості військовослужбовця Національної гвардії України	196
2.5.1 Опитувальник суїцидального ризику (А. Г. Шмельов)	
2.5.2 Метод колірних виборів (М. Люшер, в адаптації Л. Собчик)	202
2.5.3 Опитувальник посттравматичного зростання (Р. Тадеші і Л. Калхаун, у модифікації М. Ш. Магомед-Емінова)	244
2.5.4 Опитувальник нервово-психічного напруження (Т. А. Немчин) ...	247
2.5.5 Методика “Психологічна готовність особистості фахівця екстремального виду діяльності” (О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. В. Воробйова)	254
2.5.6 Методика “Психологічна готовність до ризику військовослужбовців” (О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. І. Приходько, Н. В. Юр’єва)	260
2.5.7 Психодіагностична методика “Психологічна безпека особистості” (І. І. Приходько)	266
2.5.8 Експрес-методика “Психологічна безпека особистості” (І. І. Приходько)	273
2.5.9 Шкала реактивної та особистісної тривоги (Ч. Спілберг– Ю. Ханін)	276
2.5.10 Опитувальник травматичного стресу (І. О. Котенєв)	278
2.5.11 Міссісіпська шкала для оцінювання посттравматичних реакцій (військовий варіант)	283
2.5.12 Методика оцінювання травматичності бойового досвіду у військовослужбовців Національної гвардії України (О. С. Колесніченко)	286

2.6 Вивчення адаптаційного потенціалу особистості військовослужбовця Національної гвардії України	294
2.6.1 Методика оцінювання адаптаційних здібностей особистості (багаторівневий особистісний опитувальник “Адаптивність-200”)	296
2.6.2 Експрес-опитувальник “Дезадаптивність” (автори І. І. Приходько, Я. В. Мацегора, О. С. Колесніченко, М. С. Байда)	310
2.6.3 Методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд)	314
2.6.4 Опитувальник оцінювання стану адаптації “ОСАДА” (С. І. Яковенко)	320
2.7 Вивчення особливостей міжособистісної компетенції особистості військовослужбовця Національної гвардії України	324
2.7.1 Методика інтерперсональної діагностики міжособистісної поведінки (Л. М. Собчик)	327
2.7.2 Методика “Шкала толерантності” (Т. Адорно, Є. Френкель-Брунsvік, Д. Левінсон, Р. Сенфорд)	337
2.7.3 Експрес-опитувальник “Індекс толерантності” (Г. У. Солдатова, О. А. Кравцова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова)	341
2.7.4 Визначення інтегральних форм комунікативної агресивності (В. В. Бойко)	344
2.7.5 Опитувальник толерантності до невизначеності (Т. В. Корнілова)	347
2.7.6 Тест самооцінки індивідуального стилю керівництва (В. І. Барко)	350
2.7.7 Рейтингове оцінювання професійно важливих якостей, умінь і навичок керівника (А. П. Москаленко, Д. О. Кобзін)	361
2.7.8 Експертна діагностика стилів керівництва	366
2.7.9 Визначення стиля керівництва керівника за допомогою самооцінки	370
2.7.10 Експертне оцінювання ефективності діяльності керівника	374
2.7.11 Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)	375
2.7.12 Схильність до лідерства	378
2.7.13 Методика діагностики показників і форм агресії (А. Басса і А. Дарки, в адаптації А. К. Осницького)	379
СПИСОК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАНЬ	384

ВСТУП

Серед багатьох визначень предмета психодіагностики, що століттями накопичувалися в науковому просторі, є два найпоширеніших, які доповнюють одне одного. За першим психодіагностика вважається наукою і практикою постановки психологічного діагнозу (О. О. Бодальов, В. В. Столін, 2004). Друге визначає її як галузь психологічної науки, що розробляє теорію, принципи та інструментарій оцінювання вимірювання індивідуально-психологічних якостей особистості (Л. Ф. Бурлачук, 2006).

Головне завдання психодіагностики полягає у створенні, обґрунтуванні, удосконаленні психодіагностичних методик, розвитку теоретичних аспектів психологічного оцінювання. Крім того, існують і специфічні завдання психодіагностики, зумовлені певними ситуаціями, в яких здійснюється психологічна робота.

Предмет психодіагностики становлять:

- методичні, теоретичні, конкретні методичні принципи побудови психодіагностичних інструментів і формування психодіагностичного висновку;
- методи, конкретні методики діагностування таких найуніверсальніших конструктів особистості: риси, здібності особистості, мотиви, свідомість і самосвідомість, міжособистісні стосунки.

Психодіагностику поділяють на загальну і прикладну.

У межах загальної психодіагностики вивчаються закономірності винесення валідних і надійних діагностичних суджень, обґрунтовуються головні конструкти або концепти, які вважаються такими, що утворюють структуру особистості, розробляються правила конструювання та вдосконалення тестів, конструюються психодіагностичні процедури для найфундаментальніших напрямків психології: загальної, диференційної, вікової, соціальної.

У прикладній психодіагностиці увага приділяється логіці практичної сфери діяльності психолога, де ці методи найбільше використовуватимуться.

Засоби діагностики – це ефективний інструмент у процесі вирішення проблем професійної діяльності.

У запропонованому посібнику колектив авторів намагався узагальнити результати теоретичного аналізу і практичних досліджень відомих вітчизняних і зарубіжних науковців, зокрема таких: Ю. З. Гільбух, Л. Ф. Бурлачук, О. О. Бодальов, М. Люшер, Р. Кеттелл, О. С. Колесніченко, Є. Г. Ксенофонтowa, Н. М. Пейсахов, І. І. Приходько, Дж. Равен, Л. М. Собчik, В. В. Столін, Б. М. Смірнов, М. В. Чумаков, О. Ф. Чернавський, А. Г. Шмельов та ін. Так само як і результати психодіагностичного вивчення особистості та практичний досвід роботи психологів у підрозділах Національної гвардії України (НГУ).

У процесі структурування змісту посібника зроблено спробу узагальнити найактуальніші питання організації професійної діяльності психологів, реалізувати нагальну потребу в інформаційному забезпеченні процесу їх фахового самовдосконалення і досягти усвідомлення всіма суб'єктами

психологічної роботи можливостей оптимального використання потенціалу психологічної служби під час вирішення завдань службово-бойової діяльності.

Ми далекі від думки, що наведений посібник здатен відповісти на всі запитання військових психологів, які здійснюють психологічне забезпечення службово-бойової діяльності військовослужбовців НГУ, проте сподіваємося, що він таки допоможе в опануванні психодіагностичних методик, призначених для вимірювання індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовця. Акцент зроблено на вирішенні питань із професійно-психологічного відбору кандидатів на військову службу, психологічної готовності до ризику, психологічної готовності до службово-бойової діяльності в екстремальних умовах, визначенні типів іміджу, психологічної стійкості до травматизації бойовим досвідом, формування лідерських якостей у військовослужбовців НГУ.

Посібник складається з двох розділів. У першому надано загальну характеристику й висвітлено нормативно-правове забезпечення психологічної роботи психолога НГУ.

Другий розділ присвячено конкретним психодіагностичним методикам (загальні стандартизовані питальні і проєктивні). Вони пройшли широку апробацію й зарекомендували себе як надійні психодіагностичні засоби та оригінальні психологічні комплекси психодіагностичних засобів і останнім часом набувають популярності у колі психологів-практиків. Методики описані відповідно до певного алгоритму, що дозволяє зрозуміти як їх психологічний зміст, так і технологію роботи психодіагноста.

Посібник “Психодіагностика” призначений для курсантів, майбутніх військових психологів, викладачів, психологів для вивчення особистості фахівців екстремального профілю діяльності та психологів військових частин НГУ для забезпечення службово-бойової діяльності військовослужбовців НГУ.

Розділ 1

ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА ПСИХОЛОГА НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

1.1 Зміст та особливості професійної діяльності психолога НГУ

Під *професійною діяльністю психолога НГУ* розуміється система взаємозалежних методів, способів і засобів, застосовуваних ним для вивчення психологічних особливостей військовослужбовців і цивільного персоналу, військових колективів, психологічних факторів військово-професійного середовища та їх удосконалювання з метою підвищення ефективності військової діяльності і збереження психічного здоров'я військовослужбовців і членів їхніх родин.

Аналіз і врахування нормативних документів, військової практики організації і проведення психологічної роботи дають можливість виділити низку особливостей професійної діяльності психолога військової частини, що визначають її специфіку.

1. Сучасна психологічна наука і практика є теоретичним підґрунтям цієї діяльності, а також необхідним емпіричним матеріалом для вирішення практичних проблем.

2. Неухильне дотримання психологом етичних норм, орієнтація на цінність іншої людини, що передбачає адекватне сприйняття й оцінювання психологом своїх можливостей як заходу впливу на іншу людину.

3. Досить тверда регламентація діяльності різними нормативними актами, що передбачає орієнтацію психолога як на інтереси військовослужбовця, урахування його особистісних цінностей, інтересів і збереження психічного здоров'я, так і на необхідність якісного вирішення службових і бойових завдань, забезпечення ефективного функціонування психіки військовослужбовців у процесі їх виконання.

4. Необхідність виконання, крім здійснення безпосередньої професійної діяльності, й інших службових обов'язків, багато в чому суперечливих щодо стилю й духу професійної взаємодії психолога з клієнтом (чергування по військовій частині, контроль виконання розпорядку дня, участь у проведенні службових розслідувань тощо).

5. Надзвичайна функціональна різноманітність і складність завдань, які вирішує військовий психолог частини. Це вимагає від нього широкого наукового кругозору, орієнтованості в багатьох галузях психології, застосування методів і засобів як дослідницько-діагностичного, так і управлінського характеру.

6. Колективний характер організації і проведення психологічної роботи, необхідність тісної взаємодії її суб'єктів, що передбачає обмін між ними психологічною інформацією, отриманою під час роботи з військовослужбовцями, і використання цієї інформації у практичній діяльності, що визначає особливість орієнтації на вимогу конфіденційності такої інформації.

7. Залежність остаточного результату від узгодженості спільних дій психолога та інших суб'єктів психологічної роботи: командирів, штабів, офіцерів виховних структур.

8. Відсутність досить чітких критеріїв ефективності діяльності психолога, надійних і апробованих методик, що дозволяють ефективно виконувати професійні завдання, коректно застосовувати їх стосовно певних категорій військовослужбовців, а також брак професіограм багатьох військових спеціальностей.

Психологічний аналіз діяльності психолога передбачає розкриття її предметного змісту, способів і засобів здійснення діяльності, системи професійних завдань, умов, у яких ця діяльність проходить і які впливають на її ефективність, системи критеріїв, що дозволяють визначити професійну компетентність та ефективність діяльності психолога. Головні цілі професійної діяльності психолога військової частини: психологічне вивчення й опис об'єкта дослідження, а також психологічне управління об'єктом. Предметом вивчення й управління при цьому (тобто предметом професійної діяльності психолога) є психічна реальність військовослужбовців.

Характер взаємодії виділених цілей, що утворюють два рівні роботи психолога – рівень розуміння явища і рівень управління ним, – насамперед *визначається* особливим характером предметної сфери його практичної діяльності. Річ у тому, що психологічні явища не лежать на поверхні. У більшості випадків завдання психолога полягає не тільки в розрізненні психологічного явища в повсякденному житті, але й у визначенні відповідності стану особистості відомим нормам за головними критеріями, пошук і застосування адекватних способів і засобів психологічного впливу на неї. Усе це передбачає поєднання в діяльності психолога дослідницьких і управлінських процедур.

При цьому ефективність дослідницько-діагностичної діяльності зумовлена здатністю психолога самостійно здійснювати визначення проблеми і побудову орієнтирів своєї діяльності. Володіючи певною технологією, орієнтуючись на норму, він водночас зобов'язаний брати до уваги й унікальність кожного окремого випадку. У процесі *психологічного управління* об'єктом психолог повинен ураховувати системність психологічних явищ і процесів у військовій частині. Під час роботи з окремим військовослужбовцем необхідно орієнтуватись як на його індивідуально-психологічні особливості, так і на ті умови соціального середовища, у яких здійснюється його життєдіяльність.

На кожному з виділених рівнів (розуміння і управління об'єктом) виділяються завдання, що відрізняються особливим предметним змістом і вимагають специфічних методологічних і практико-методичних засобів, професійної компетентності й культури.

1. *Рівень розуміння.* Вирішуються завдання теоретико-дослідницького змісту:

а) фіксація існування соціально-психологічного явища: бачення явища, виявлення його у психологічно нерозчленованій для непрофесіонала дійсності

повсякденного життя; якщо явище проявилось як очевидна проблема, то змістом діяльності психолога-практика стає прийняття цієї проблеми як завдання його психологічної роботи з усіма наслідками, у тому числі професійними й етичними;

б) опис явища – це розгорнута характеристика, викладена як мовою повсякденного спілкування, зрозумілою непрофесіоналові, так і за допомогою категорій психологічної термінології, особливостей уже відомих закономірностей;

в) дослідження полягає в цілеспрямованому спостереженні явища, його аналізі, експертизі, узагальненні отриманої достовірної соціально-психологічної інформації;

г) пояснення – це інтерпретація дослідницьких даних, побудова концептуальних моделей, що дозволяють пояснити механізми явища: його структуру, фактори виникнення й динаміки, залежності між різними параметрами-характеристиками, показники та критерії оптимального або нормативного стану соціально-психологічних характеристик; пояснення фактично є обґрунтованим описом;

д) прогнозування являє собою побудову психологом динамічних моделей перспективного стану військового колективу або військовослужбовця, його діяльності і взаємин за тих або інших умов управління;

е) практично-методичні рекомендації становить система обґрунтованих пропозицій організаційно-управлінського характеру, що стосуються причетності до військово-організаційної системи у зв'язку з вирішуваною проблемою, для фахівців-професіоналів, командирів, фахівців виховних органів, медиків та ін.

2. *Рівень управління* передбачає практичний вплив на параметри військового колективу й характеристики (властивості, стани) окремого військовослужбовця. При цьому реалізуються такі завдання:

а) урахування результатів у керівному впливі: у процесі спілкування з керівниками і членами військових колективів, під час побудови корекційно-формульованих програм і психологічного консультування;

б) корекція розвитку, тобто система компетентних професійних дій організаційно-управлінського, психолого-педагогічного, психотерапевтичного плану, здійснюваних як самим психологом, так і іншими військовослужбовцями за його рекомендаціями щодо відхилень у поведінці окремих військовослужбовців і військового колективу в цілому;

в) спрямоване формування: усунення відхилення від норми, що стосується як дефіциту значущих знань, умінь, навичок, мотивації, так і індивідуально-групових властивостей, необхідних для успішного виконання військово-професійних завдань;

г) сприяння саморозвитку: життя військового колективу передбачає його саморозвиток, самостійне подолання проблем; роль психолога насамперед полягає у кваліфікованій психологічній допомозі порадою, а також у поточній психологічній просвіті членів військового колективу.

Реалізація дослідницько-діагностичних і управлінських процедур, технік і технологій спрямована на вирішення тих завдань, які й становлять зміст професійної діяльності психолога. У процесі виконання цих завдань стосовно об'єкта діяльності психолог реалізує певні функції:

1) *діагностична* – психологічне вивчення й реєстрація найістотніших особливостей особистості, колективу, діяльності, діагностика відхилень від норми, виявлення й оцінювання факторів, що впливають на успішність діяльності і психологічний стан людей;

2) *дослідницька* – вивчення новітніх досягнень у галузі психологічної науки і практики, поповнення науково-методичних знань, регулярний аналіз процесів і стану власної роботи, досвіду колег, участь у НДР, адаптація нових методик, уточнення критеріїв, показників стосовно конкретної вибірки тощо;

3) *прогностична* – прогноз тенденцій розвитку й перспективного стану психологічних характеристик об'єкта вивчення за тих або інших варіантів управління ним;

4) *інформаційна* – ознайомлення клієнтів і військових керівників із системою психологічних знань, підвищення рівня їхньої соціально-психологічної компетентності, а також ознайомлення із психічним станом об'єкта й тенденціями його розвитку;

5) *конструктивно-проектувальна* – відбір і структурування матеріалу, участь у комплектуванні військових колективів, груп, проектування оптимального стану об'єкта, змісту й умов військової діяльності, засобів і режимів праці тощо;

6) *навчально-методична* – навчання використанню на практиці знань психології, умінь і навичок психічної саморегуляції і психологічного впливу, розроблення методичних документів;

7) *експертна* – оцінювання можливих або альтернативних варіантів вирішення психологічних та інших проблем (із використанням можливостей психології), кваліфікований висновок про психологічні параметри стану об'єкта оцінювання;

8) *консультативна* – надання допомоги військовослужбовцям, членам їхніх родин у пошуку найоптимальнішого варіанта дій у вирішенні складних психологічних ситуацій;

9) *корекційно-розвивальна* – надання допомоги у зміні й (або) реконструкції психологічних утворень, компенсація дефектів освіти й виховання, зміна режимів та умов військової діяльності у зв'язку з певним станом людей, формування якостей, що сприяють особистісному самовираженню й розвитку, а також успішному вирішенню професійних завдань;

10) *комунікативна* – установлення контакту з партнером, прийом і передавання повідомлення, емоційних станів, розуміння внутрішнього світу й невербальних реакцій співрозмовника, взаємовплив на поведінку й напрям думки партнера по спілкуванню.

Професійна діяльність психолога НГУ за своїм характером і змістом різнопланова й поліфункціональна. Виконуючи функціональні обов'язки, психолог використовує різноманітні методи, техніки й технології, об'єднані за своїм характером в окремі види діяльності.

До основних видів і методів діяльності психолога НГУ відносять: організаційно-методичну роботу, удосконалення професійної компетентності, психодіагностику, психологічну допомогу.

Організаційно-методична робота вирішує такі завдання: планування й підготовки різноманітних заходів; ведення документації, обробка одержуваної в процесі досліджень інформації; підготовка й удосконалення необхідної для проведення заходів психологічної роботи матеріально-технічної бази; підготовка формалізованих документів (довідки, огляди, повідомлення тощо) для надання їх посадовим особам; інструктування й навчання інших суб'єктів психологічної роботи (командирів, активу) практиці використання психологічних знань, а також безпосереднім діям під час проведення заходів психологічної роботи.

Удосконалення професійної компетентності передбачає як самостійне, так і спеціально організоване в різних формах вивчення новітніх відомостей із різних сфер психологічної науки і практики, поповнення й опанування знань, умінь і навичок, необхідних для виконання професійних обов'язків і подальшого професійного зростання.

Психодіагностика являє собою комплекс заходів, які проводяться психологом із виявлення, вимірювання й оцінювання індивідуально-психологічних особливостей особистості військовослужбовця, соціально-психологічних характеристик діяльності військових колективів відповідно до наявних норм і критеріїв, а також чинників, що знижують ефективність службово-бойової діяльності, засобів бойової і психологічної підготовки, режиму життєдіяльності військовослужбовців.

Психологічна допомога – це система заходів, які проводить психолог військової частини засобами практичної психології і які спрямовані на попередження, пом'якшення чи подолання різних психологічних ускладнень у військовослужбовців і членів їхніх родин, на вирішення психологічних проблем, що виникають у окремої людини або групи людей.

Залежно від об'єкта психологічного впливу виділяють такі форми надання психологічної допомоги: індивідуальна, сімейна і групова. Основні види й методи психологічної допомоги такі: психопрофілактика і психогігієна, психологічне консультування, психологічне навчання й освіта, психотерапія, психокорекція та психореабілітація.

Психопрофілактика і психогігієна являють собою систему психолого-педагогічних та організаційних заходів, що сприяють попередженню різноманітних психологічних проблем і спрямовані на збереження психічного здоров'я військовослужбовців, створення нормальних умов для їхньої життєдіяльності.

Психологічне консультування – це вид психологічної допомоги, що полягає в роз'ясненні людині її психологічних труднощів, знятті психологічної напруженості, підвищенні її соціально-психологічної компетентності та сприянні у вирішенні складних особистісних проблем, профілактиці й подоланні кризових ситуацій, а також корекції девіантної поведінки.

Психологічне навчання й освіта становлять комплекс заходів із формування знань про закономірності функціонування людської психіки, механізми виникнення негативних психічних станів, формування й удосконалення навичок психолого-педагогічної та управлінської діяльності, а також навичок психічної саморегуляції, побудови оптимальних форм взаємин і взаємодії з іншими людьми.

Психотерапія і психокорекція передбачають діяльність, спрямовану на ослаблення дії психотравмуючих факторів, відтворення гармонійних відносин людини з навколишнім середовищем, її особистісне зростання, формування в неї якостей, необхідних для професійної діяльності, а також на оптимізацію соціально-психологічного клімату в колективі.

Психореабілітація характеризується як діяльність, спрямована на відновлення психічних функцій і особистісного статусу людини, порушених дією психотравмуючих факторів із використанням переважно методів і процедур психотерапії.

Наведені види діяльності психолога НГУ утворюють цілісну систему, що внаслідок комплексного застосування процедур дослідницького й управлінського характеру забезпечує вирішення завдань оптимізації умов життєдіяльності військовослужбовців в інтересах ефективного виконання ними соціальних функцій, професійних обов'язків і збереження їхнього психічного здоров'я.

Вивчення нормативно-правових засад психологічного забезпечення службово-бойової діяльності НГУ неможливе без розгляду основних положень системи нормативно-правового забезпечення НГУ.

1.2 Психодіагностична діяльність психолога Національної гвардії України

Психодіагностична діяльність психолога-практика являє собою один із найскладніших напрямів і форм його діяльності, що потребує спеціальної підготовки та сформованості діагностичних, прогностичних і організаторських умінь спеціаліста-психолога. Психодіагностика може реалізовуватись як самостійна форма роботи (психологічна експертиза) і як структурна складова психокорекції і психоконсультування.

Психодіагностика передбачає обстеження психіки індивіда (або соціально-психологічних характеристик соціальної групи) за допомогою спеціальних методик із метою встановлення психологічного діагнозу.

Психологічний діагноз – це опис індивідуальних особливостей психіки конкретної людини або соціально-психологічних особливостей конкретної соціальної групи.

Для психодіагностичного обстеження використовують психодіагностичні методи, тобто дослідницькі методи психологічної науки. Особливістю психодіагностичних методів є їх вимірювально-дослідницька спрямованість, що й забезпечує кількісне і (або) якісне оцінювання явища, що вивчається. Головні вимоги до психодіагностичних методів такі:

- стандартизація інструментарію, в основу якої покладено поняття норми;
- надійність і валідність інструментарію;
- чітка регламентація процедури обстеження.

Психодіагностичні методи конкретизуються в трьох основних діагностичних підходах, які практично охоплюють усе різноманіття діагностичних методик.

1. *Об'єктивний підхід.* Діагностика здійснюється на основі визначення успішності (результативності) і способу (особливостей) виконання діяльності. Це переважно тести особистості і тести інтелекту, а також тести спеціальних здібностей і досягнень.

2. *Суб'єктивний підхід.* Діагностика здійснюється на основі даних, які повідомляє про себе досліджуваний, а також самоописів особливостей особистості, поведінки в конкретних ситуаціях. Це різноманітні опитувальники.

3. *Проективний підхід.* Діагностика здійснюється на підставі аналізу особливостей взаємодії з нейтральним, ніби безособовим матеріалом, який через свою певну невизначеність стає об'єктом проєкції. Це різноманітні проєктивні методики дослідження особистості.

Психодіагностичне обстеження може проводитися в індивідуальній і груповій формах. Вибір форми залежить від мети й методик, які використовуватиме психолог-практик.

Індивідуальне обстеження здійснюється психологом-практиком із обстежуваною людиною впродовж певного часу. У процесі групового обстеження кожна людина отримує бланк відповіді та стимульований матеріал. Розміщення обстежуваних у приміщенні має забезпечувати необхідні умови для зосередженої роботи.

Перевагами індивідуального психодіагностичного обстеження є можливість отримувати додаткову інформацію, оскільки психолог-практик може спостерігати за процесом роботи обстежуваної людини під час діагностики, за її поведінкою, емоційними реакціями на завдання.

Перевагами групового психодіагностичного обстеження є заощадження часу на обстеження значної групи осіб. Однак це може негативно впливати на точність і якість отримуваної інформації. Тому, як правило, після групового психодіагностичного обстеження для уточнення даних застосовується індивідуальне психодіагностичне обстеження.

Процедура психодіагностичного обстеження передбачає реалізацію трьох етапів:

- збирання даних відповідно до завдання дослідження;
- оброблення та інтерпретація отриманих даних;
- устанавлення діагнозу або прогнозу.

Якщо деталізувати основні етапи процедури психодіагностичного обстеження, то отримаємо такий покроковий її опис:

- 1) запит, завдяки якому формулюється мета обстеження;
- 2) збирання анамнезу – відомостей про особливості розвитку до моменту обстеження, можливо, збирання інформації про обстежуваного у батьків, педагогів, колег по роботі та керівництва; спостереження за обстежуваним у різних ситуаціях;
- 3) складання програми психодіагностичного обстеження, яка містить мету, перелік методик діагностики, обладнання, опис умов і режиму обстеження;
- 4) устанавлення психологічного контакту з обстежуваним;
- 5) реалізація програми психологічного обстеження з фіксацією результатів у протоколі;
- 6) оброблення результатів обстеження;
- 7) первинна інтерпретація результатів окремо за кожною методикою;
- 8) цілісна інтерпретація результатів, за якої беруться до уваги відомості з анамнезу та спостережень;
- 9) складання психологічного діагнозу, який крім опису індивідуальних даних психіки людини має містити аналіз психологічних механізмів виникнення і прояву її проблем, а також рекомендації щодо форми і змісту допомоги, якої потребує людина.

Підвищити ефективність психодіагностичного обстеження можна реалізацією таких принципів:

- добровільність участі у психодіагностичному обстеженні й зацікавленість у ньому;
- забезпечення фізичного та психологічного комфорту під час психодіагностики;
- емпатійне ставлення психолога до клієнта;
- усебічність і комплексність діагностики;
- урахування індивідуально-типологічних особливостей досліджуваного: динаміка втомлюваності, темп діяльності інтересів, контактність, властивості темпераменту;
- підтримання позитивної мотивації впродовж психодіагностичного обстеження.

1.3 Нормативно-правове забезпечення психологічної роботи психолога Національної гвардії України

Стаття 4 Закону України “Про Національну гвардію України”, яка має назву “Правові засади діяльності НГУ”, зазначає, що у своїй діяльності НГУ керується Конституцією України, цим та іншими законами України, міжнародними договорами України, згода на обов’язковість яких надана Верховною Радою України, актами Президента України і Кабінету Міністрів України, а також виданими відповідно до них нормативно-правовими актами Міністерства внутрішніх справ України, іншими нормативно-правовими актами. Попередній Закон України “Про внутрішні війська МВС України” (на базі яких створена сучасна НГУ) визнавав правовою основою їх діяльності Конституцію України, постанови Верховної Ради України, інші законодавчі акти України, укази Президента України, постанови Кабінету Міністрів України, військові статuti Збройних Сил України.

Правове підґрунтя діяльності НГУ становить сукупність правових норм, що регулюють суспільні відносини, які виникають у процесі організації й функціонування НГУ, а також визначають її завдання, функції, повноваження та базові елементи організації. Зазначені правові норми закріплюються у відповідних нормативно-правових актах різної юридичної сили. Слід також зазначити, що відповідно до закону до таких нормативних актів відносять міжнародні договори України, згода на обов’язковість яких надана Верховною Радою України.

Серед законодавчих актів, що регламентують службово-бойову діяльність НГУ, слід віднести:

– Закон України “Про Національну гвардію України”, який визначає правові засади організації та порядку діяльності НГУ, її загальну структуру, функції та повноваження;

– Закон України “Про Національну поліцію”, адже у разі залучення до виконання завдань з охорони громадського порядку на військовослужбовців НГУ поширюються права й обов’язки, передбачені Законом України “Про Національну поліцію”;

– Закон України “Про державну службу”, оскільки соціальний захист і трудові відносини працівників НГУ забезпечуються на загальних підставах відповідно до законодавства і про державну службу;

– Закон України “Про демократичний цивільний контроль над Воєнною організацією і правоохоронними органами держави”, який визначає правові засади організації і здійснення демократичного цивільного контролю над Збройними Силами України та іншими утвореними відповідно до законів України військовими формуваннями, а також над правоохоронними органами держави;

– Закон України “Про запобігання корупції”, оскільки стосовно осіб, які претендують на зарахування для проходження служби на відповідних посадах у

НГУ, за їх письмовою згодою проводиться спеціальна перевірка в порядку, установленому зазначеним вище Законом України тощо;

– Закон України “Про військовий обов’язок і військову службу”, відповідно до якого здійснюється комплектування НГУ військовослужбовцями та проходження ними військової служби;

– Закон України “Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей”, який регулює питання правових і соціальних гарантій військовослужбовців НГУ тощо.

Питання застосування адміністративного примусу військовослужбовцями НГУ також регулює Кодекс України про адміністративні правопорушення, питання урегулювання трудових відносин у НГУ вирішує Кодекс законів України про працю, відповідно до Кримінального кодексу України військовослужбовців НГУ може бути притягнуто до відповідальності за вчинення протиправних діянь.

Заходи фізичного впливу, а за необхідності і спеціальних засобів, вогнепальної зброї, озброєння та бойової техніки застосовуються в порядку й у випадках, передбачених Законом України “Про Національну гвардію України”, а під час несення внутрішньої та вартової служб – Статутом внутрішньої служби і Статутом гарнізонної та вартової служб Збройних Сил України, крім того, на НГУ поширюється дія Дисциплінарного статуту Збройних Сил України.

До указів Президента України, які регламентують службово-бойову діяльність НГУ, слід віднести Положення про проходження громадянами України військової служби у Збройних Силах України, яким визначається порядок проходження громадянами України військової служби у Збройних Силах України і регулюються питання, пов’язані з проходженням такої служби під час виконання громадянами військового обов’язку в запасі. Це Положення застосовується також до відносин, що виникають у зв’язку з проходженням у Збройних Силах України кадрової військової служби особами офіцерського складу до їх переходу в установленому порядку на військову службу за контрактом або звільнення з військової служби. Дія Положення також поширюється на військовослужбовців НГУ.

Іншим нормативним документом, який регламентує службово-бойову діяльність НГУ, є Указ “Питання головного органу військового управління НГУ”. Він визначає основні завдання головного органу військового управління: участь у забезпеченні реалізації державної політики з питань діяльності НГУ; організація виконання покладених на НГУ завдань та основних функцій; планування застосування оперативно-територіальних об’єднань НГУ, їх органів військового управління, забезпечення безпосереднього військового керівництва територіальними управліннями, з’єднаннями, військовими частинами й підрозділами, вищими навчальними закладами, навчальними військовими частинами (центрами), базами, установами та закладами, що не входять до складу оперативно-територіальних об’єднань НГУ.

Нормативні документи – постанови, а також положення, правила, інструкції та інші акти Кабінету Міністрів України – мають вагомe значення для організації та регулювання діяльності НГУ.

Серед таких актів слід назвати:

- правила застосування спеціальних засобів під час охорони громадського порядку, які визначають порядок застосування спеціальних засобів особовим складом поліції та іншими працівниками органів і установ внутрішніх справ, військовослужбовцями НГУ, які залучаються до охорони громадського порядку і громадської безпеки, боротьби зі злочинністю, а також перелік спеціальних засобів;

- положення про Міністерство внутрішніх справ України, згідно з яким воно організовує й забезпечує високу бойову і мобілізаційну готовність і мобілізацію НГУ; уживає заходів до забезпечення силами й засобами НГУ охорони ядерних установок, ядерних матеріалів, радіоактивних відходів, інших джерел іонізуючого випромінювання державної власності, важливих державних об'єктів, спеціальних вантажів і органів державної влади та дипломатичних представництв, консульських установ іноземних держав, представництв міжнародних організацій в Україні; забезпечує в межах повноважень, передбачених законом, ефективне використання сил і засобів НГУ під час проведення АТО та ООС; організовує систему психологічного забезпечення військовослужбовців НГУ і забезпечує її функціонування;

- Постанову “Про упорядкування структури та умов грошового забезпечення військовослужбовців, осіб рядового і начальницького складу та деяких інших осіб”, яка встановлює структуру грошового забезпечення військовослужбовців, осіб рядового і начальницького складу, схеми посадових окладів осіб рядового і начальницького складу, умови оплати праці державних службовців та інших працівників бюджетної сфери;

- Постанову “Про затвердження переліку спеціальних вантажів, які підлягають охороні та обороні НГУ”.

Міністр внутрішніх справ України затверджує положення про органи військового управління оперативно-територіальних об'єднань НГУ, військові частини й підрозділи з охорони важливих державних об'єктів і спеціальних вантажів, військові частини й підрозділи з охорони дипломатичних представництв, консульських установ іноземних держав, представництв міжнародних організацій в Україні, з'єднання, військові частини і підрозділи з охорони громадського порядку, підрозділи (загони) спеціального призначення, військові частини оперативного призначення, авіаційні військові частини, військові частини і підрозділи зв'язку, органи й підрозділи забезпечення НГУ. З метою виконання цих положень наказами МВС України затверджено:

- положення про підрозділи (загони) спеціального призначення НГУ;
- положення про орган військового управління оперативно-територіального об'єднання НГУ;

- положення про військові частини й підрозділи з охорони дипломатичних представництв, консульських установ іноземних держав, представництв міжнародних організацій у НГУ;

- положення про авіаційні військові частини НГУ, що визначає призначення, основні завдання, функції, правовий статус авіаційних військових частин НГУ;

- положення про військові частини й підрозділи з охорони важливих державних об'єктів і спеціальних вантажів НГУ;

- положення про військові частини й підрозділи з охорони громадського порядку НГУ;

- положення про військові частини оперативного призначення НГУ, що визначає призначення;

- інструкція про умови виплати грошового забезпечення й заохочення військовозобов'язаних і резервістів НГУ;

- інструкція з організації оповіщення резервістів щодо їх виклику до військових частин НГУ для проходження підготовки, зборів тощо.

Головним фундаментальним документом, який містить керівні принципи, цільові настанови й методи забезпечення службово-бойової діяльності НГУ є Концепція розвитку НГУ на період до 2020 р. (від 1 лютого 2017 р. № 100-р). Убачається нагальна потреба у продовженні нарощування здатності НГУ виконувати покладені на неї завдання, що відповідає пріоритетам державної політики, визначеним абзацом шістнадцятим частини другої ст. 8 Закону України “Про основи національної безпеки України”, абзацом четвертим частини першої ст. 6 Закону України “Про засади внутрішньої і зовнішньої політики”, а також указами Президента України від 14 березня 2016 р. № 92 “Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 4 березня 2016 р. “Про Концепцію розвитку сектору безпеки і оборони України” та від 6 червня 2016 р. № 240 “Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 20 травня 2016 року “Про Стратегічний оборонний бюлетень України”.

Метою Концепції є розбудова НГУ як мобільного, боєздатного військового формування з правоохоронними функціями, здатного у взаємодії з іншими складовими сектору безпеки й оборони виконувати визначені правоохоронні і оборонні завдання з протидії загрозам національній безпеці.

Відповідно до змісту Концепції досягнення мети і розв'язання проблеми здійснюється шляхом виконання комплексу завдань і заходів за такими пріоритетними напрямками:

- оснащення військових частин і підрозділів НГУ новітнім і модернізованим озброєнням, військовою та спеціальною технікою, спеціальними засобами й обладнанням з урахуванням їхніх потреб;

- забезпечення розвитку системи бойової та спеціальної підготовки;

- удосконалення системи управління НГУ;

- реформування системи логістики (технічного й тилового забезпечення) відповідно до зростаючих потреб НГУ;

- узгодження системи кадрового відбору з новими завданнями НГУ, пов'язаними зі суттєвими змінами у безпековому середовищі;
- відновлення інфраструктури НГУ та військових містечок, розгортання автономних військових баз із відповідною інфраструктурою для розташування військових частин і соціально-побутових об'єктів для військовослужбовців та членів їхніх сімей;
- удосконалення правових засад функціонування НГУ;
- удосконалення системи реабілітації та психологічної підтримки особового складу НГУ.

До основного пакета документів, де викладено вимоги щодо організації системи психологічного забезпечення в НГУ, організації і проведення заходів психологічної роботи, визначення обов'язків і прав її суб'єктів, викладення головних завдань і змісту науково-методичного, матеріально-технічного, фінансового забезпечення й підготовки кадрів психологічної роботи, увійшли такі документи.

1. Наказ Міністерства внутрішніх справ України від 08 грудня 2016 р. № 1285 про затвердження Положення про психологічне забезпечення в НГУ (прийнятий відповідно до п. 30 Положення про Міністерство внутрішніх справ України, затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України від 25 жовтня 2015 р. № 878).

2. Наказ командувача НГУ від 31 березня 2017 р. № 196, відповідно до якого затверджено “Інструкцію про порядок організації та здійснення професійно-психологічного відбору у НГУ”, що визначає порядок організації та проведення заходів професійно-психологічного відбору в Головному управлінні НГУ, територіальних управліннях, з'єднаннях, військових частинах (підрозділах), вищих військових навчальних закладах, навчальних військових частинах (центрах), базах, закладах охорони здоров'я та установах НГУ, а також психологічного вивчення призовників, які направляються для проходження строкової військової служби в НГУ, а також “Інструкцію про порядок організації та проведення вивчення соціально-психологічного клімату у військових колективах та психологічної оцінки надзвичайних подій у НГУ”, що визначає порядок організації та проведення вивчення соціально-психологічного клімату, соціометричних досліджень у військових колективах та психологічного оцінювання надзвичайних подій у Головному управлінні НГУ, територіальних управліннях, з'єднаннях, військових частинах (підрозділах), вищих військових навчальних закладах, навчальних військових частинах (центрах), базах, закладах охорони здоров'я та установах НГУ; регламентує діяльність підрозділів і посадових осіб психологічної служби НГУ, які їх здійснюють.

3. Наказ командувача НГУ від 01.09.2017 р. № 556 “Про затвердження Інструкції з організацію відбору, прийому, прийняття та складання вступних іспитів кандидатів на навчання, відрахування і випуску курсантів батальйону підготовки сержантського складу та 6-го навчального батальйону Навчального центру Національної гвардії України”.

4. Наказ командувача НГУ від 01.09.2017 р. № 555 “Про затвердження Інструкції з організації психологічного супроводу виконання СБЗ особовим складом НГУ”, яка визначає порядок організації та проведення заходів психологічного супроводу виконання СБЗ особовим складом Головного управління НГУ, територіальних управлінь, з’єднань, військових частин (підрозділів), Національної академії НГУ, навчальних військових частин (центрів), баз, закладів охорони здоров’я та установ НГУ.

5. Наказ командувача НГУ від 04.04. 2016 р. № 188, що затвердив Методичні рекомендації про засади побудови та порядок експлуатації психологічної смуги імітації екстремальних (бойових) умов службово-бойової діяльності підрозділів НГУ. Методичними рекомендаціями визначається порядок обладнання та експлуатації психологічної смуги як структурного елемента навчальних центрів та особливості використання її в навчально-виховному процесі з особовим складом НГУ.

Наведені інструкції складено з урахуванням чинних нормативно-правових наказів та актів:

– Закон України № 2694-ХІІ від 14.10.1992 р. “Про охорону праці” (зі змінами);

– Постанова Кабінету Міністрів України від 27 вересня 2000 р. № 1465 “Про затвердження Порядку проведення обов’язкових попередніх та періодичних психіатричних оглядів і переліку медичних психіатричних протипоказань щодо виконання окремих видів діяльності (робіт, професій, служби), що можуть становити безпосередню небезпеку для особи, яка проводить цю діяльність, або оточуючих” (зі змінами, внесеними згідно з постановами КМ № 726 від 25.05.2006 р. № 859 від 26.06.2007 р.);

– Постанова Кабінету Міністрів України від 6 листопада 1997 р. № 1238 “Про обов’язковий профілактичний наркологічний огляд і порядок його проведення” (зі змінами, внесеними згідно з постановами КМ № 1336 від 25.08.1998 р., № 1475 від 21.09.1998 р., № 26 від 25.05.2006 р., № 1658 від 29.11.2006 р., № 859 від 26.06.2007 р., № 459 від 16.06.2010 р.);

– наказ Міністерства охорони здоров’я України від 21.05.2007 р. № 246 “Про затвердження Порядку проведення медичних оглядів працівників певних категорій”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 23.07.2007 р. за № 846/14113 (зі змінами, внесеними наказом Міністерства охорони здоров’я України від 14.02.2012 р. № 107);

– наказ Міністерства охорони здоров’я України від 28.11.1997 р. № 339 “Про вдосконалення системи профілактичних протиалкогольних та протинаркотичних заходів та обов’язкових профілактичних наркологічних оглядів” (зі змінами, внесеними згідно з наказами Міністерства охорони здоров’я № 14 від 30.01.1998 р., № 124/345 від 05.06.2000 р., № 379 від 27.07.2005 р., № 508 від 30.08.2007 р., № 175 від 27.02.2010 р., № 776 від 14.09.2010 р.);

– наказ Міністерства охорони здоров’я України від 17.01.2002 р. № 12 “Про затвердження Інструкції про проведення обов’язкових попередніх та

періодичних психіатричних оглядів” (зі змінами згідно з наказом МОЗ України № 1055 від 02.02.2010 р.);

– наказ Міністерства охорони здоров'я України і Державного комітету України з нагляду за охороною праці від 23.09.1994 р. № 263/121 “Про затвердження Переліку робіт, де є потреба у професійному доборі”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 25 січня 1995 р. за № 18/554 (зі змінами, внесеними згідно з наказом Міністерства охорони здоров'я № 102/85 від 06.06.1995 р.);

– наказ Державного комітету України з нагляду за охороною праці від 26.01.2005 р. № 15 “Перелік робіт з підвищеною небезпекою”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 15 лютого 2005 р. за № 232/10512;

– наказ Національного агентства України з питань державної служби і Міністерства охорони здоров'я України від 21.06.2012 р. № 130/457 “Про порядок надання медичного висновку у зв'язку з неможливістю виконання державним службовцем службових обов'язків за станом здоров'я”;

– наказ Адміністрації Державної прикордонної служби України від 15.06.2006 р. № 457 “Про затвердження Інструкції про порядок організації та проведення професійно-психологічного відбору кандидатів для проходження військової служби за контрактом на посадах солдатів (матросів), сержантів і старшин у Державній прикордонній службі України”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 3 липня 2006 р. за № 771/12645;

– наказ Адміністрації Державної прикордонної служби України від 06.05.2009 р. № 333 “Про затвердження Положення про проходження медичного огляду у Державній прикордонній службі України”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 26 червня 2009 р. за № 570/16586 (зі змінами, внесеними згідно з наказами Адміністрації Державної прикордонної служби № 225 від 27.03.2010 р., № 450 від 14.06.2012 р.);

– наказ Міністерства оборони України від 14 серпня 2008 р. № 402 “Про затвердження Положення про військово-лікарську експертизу в Збройних Силах України”, затверджений, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 17 листопада 2008 р. за № 1109/15800;

– наказ Міністерства внутрішніх справ України від 06.02.2001 № 85 “Порядок проведення військово-лікарської експертизи і медичного огляду військовослужбовців та осіб рядового і начальницького складу в системі МВС України”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 22 лютого 2001 р. за № 165/5356;

– наказ Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи від 31.08.2007 р. № 591 “Положення про діяльність органів військово-лікарської експертизи в системі МНС”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 07.09.2007 р. за № 1044/14311;

– наказ Міністерства транспорту та зв'язку України від 29.04.2010 р. № 240 “Про затвердження Порядку проведення медичних оглядів працівників певних категорій залізничного транспорту, метрополітенів та підприємств

міжгалузевого промислового залізничного транспорту України”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 16.07.2010 р. за № 537/17832;

– наказ Міністерства інфраструктури України від 30.11.2012 р. № 733 “Про внесення змін до Порядку проведення медичних оглядів працівників певних категорій залізничного транспорту, метрополітенів та підприємств міжгалузевого промислового залізничного транспорту України”, зареєстрований у Міністерстві юстиції України 24.12.2012 р. за № 2149/22461.

б. Наказ командувача НГУ від 17 лютого 2017 р. № 101, що затвердив Тимчасову програму психологічної реабілітації військовослужбовців НГУ в системі медичної реабілітації на базі медичного центру “Нові Санжари” НГУ, яка спрямована на реалізацію вимог Закону України “Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей”, а також Положення про психологічне забезпечення в НГУ, затверджене наказом Міністерства внутрішніх справ України від 08.12.2016 р. № 1285, зареєстрованим у Міністерстві юстиції України 19.01.2017 р. за № 80/29948.

Ця програма розроблена відповідно до вимог законів України “Про Національну поліцію”, “Про правовий та соціальний захист військовослужбовців та членів їх сімей”, “Основи законодавства про охорону здоров’я”, “Про реабілітацію інвалідів в Україні”, “Про психіатричну допомогу”, нормативно-правових актів у тому числі:

– протокольного рішення від 18.09.2014 р. № 03/1-01/347 за результатами наради керівників органів виконавчої влади щодо реабілітації учасників АТО на Сході країни (соматичні, психіатричні захворювання), що відбулася 16.09.2014 р. в Адміністрації Президента України;

– розпорядження Кабінету Міністрів України від 31.03.2015 р. № 369-р “Про затвердження плану заходів щодо медичної, психологічної, професійної реабілітації та соціальної адаптації учасників АТО”;

– наказу МВС від 04.11.2003 р. № 1296 “Про медичне забезпечення в закладах охорони здоров’я системи МВС України” (зі змінами), зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 13.05.2004 р. за № 596/9195.

– наказу МВС від 23.10.2015 р. № 1282 “Про організацію роботи із соціальної підтримки осіб, які отримали інвалідність під час проведення АТО”;

– інструкції “Про організацію медичної реабілітації та санаторно-курортного лікування в Міністерстві внутрішніх справ України”, затвердженої наказом МВС від 04.11.2003 р. № 1296, зі змінами, внесеними наказом МВС від 11.12.2014 р. № 1340, зареєстрованим у Міністерстві юстиції України 31.12.2014 р. за № 1667/26444, та доручення МВС від 09.02.2015 р. № 5743/ЧБ “Про організацію виконання наказу МВС від 11.12.2014 р. № 1340 “Про внесення змін до наказу МВС України від 04 листопада 2003 р. № 1296”;

– програми психопрофілактичної роботи з особовим складом органів і підрозділів внутрішніх справ на 2013–2017 роки, схваленої рішенням колегії Міністерства 18.01.2013 р. № 1 КМ/1 і затвердженої наказом МВС від 07.02.2013 р. № 112;

– довідника типових професійно-кваліфікаційних характеристик основних посад працівників Міністерства внутрішніх справ України, погодженого Міністерством праці та соціальної політики України 26.12.2005 р., затвердженого і введеного в дію наказом МВС від 24.03.2006 р. № 301 (ця програма визначає етапність медико-психологічної реабілітації, психологічного супроводження та адаптації військовослужбовців з'єднань, військових частин, підрозділів НГУ під час і після виконання ними обов'язків військової служби, службових обов'язків у зоні проведення ООС).

РОЗДІЛ 2

ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИКИ ВИВЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ І МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ

У психологічній практиці використовується велика кількість діагностичних методів і засобів дослідження явищ психіки. Усі вони мають різне підґрунтя, використовують різні принципи пізнання, по-своєму структуровані. Найпоширеніша в науковому просторі категоризація психодіагностичних методів, запропонована Б. Г. Ананьєвим.

1. Організаційні методи (порівняльний, лонгітюдний, комплексний), які використовуються протягом усього дослідження і визначаються кінцевими результатами.

2. Емпіричні методи: обсерваційні, експериментальні, психодіагностичні, праксіметричні, моделювання, біографічні.

3. Методи обробки результатів експерименту і спостережень: стандартні прийоми статистичної обробки даних (кількісна обробка), прийоми якісного аналізу (диференціація матеріалу за класами, розроблення типології).

4. Інтерпретаційні методи (варіанти генетичних і структурних методів).

Для успішного вирішення завдань військовий психолог повинен розуміти, що процес дослідження слід ґрунтувати на важливому методичному принципі – комплексності. Неможливо будувати серйозні діагностичні висновки на окремій психодіагностичній методиці, вони завжди мають ґрунтуватися на використанні як об'єктивних, так і суб'єктивних методів.

Відповідно до цих критеріїв, аби охопити всі сфери особистості військовослужбовця (темперамент, задатки та здібності, мотивацію (спрямованість), характер, волю, почуття), нами проводився добір методів психодіагностики. До запропонованого інструментарію ввійшли найбільш надійні й інформативні психодіагностичні методики (загальні стандартизовані питальні і проєктивні), які зарекомендували себе надійними психодіагностичними засобами.

Для успішного вивчення особистості військовослужбовця психологу військової частини необхідно не лише провести обстеження за запропонованим інструментарієм, але і правильно використовувати отримані результати.

Нагадаємо, що правильну діагностику, яка ґрунтується на науковій інтерпретації даних обстеження, результати комплексного вивчення людини в рамках особистісного підходу, глибокий аналіз змісту отриманої інформації, можуть забезпечити тільки висококваліфіковані фахівці в галузі психодіагностики, психометрії, теорії психологічних вимірювань, варіаційної статистики.

На попередження некомпетентного використання тестів спрямована вимога обмежити поширення тестових матеріалів. Широке й безконтрольне поширення тестового матеріалу (інструментарію) серед фахівців неминуче

призводить до дискредитації психологічних методів і може завдати значної шкоди особистості. Таке поширення тестового матеріалу небажане ще й тому, що низка методик (зокрема особистісні опитувальники) частково чи цілком втрачають свою діагностичну цінність, коли їх зміст і вимірювані показники відомі обстежуваним. Зрештою, в умовах загальнодоступності методик саме тестування може травмувати психіку особистості.

Нерозголошення інформації про обстежуваних, що не стосується безпосередньо цілей і завдань конкретного психологічного обстеження, має бути загальним і непорушним правилом професійної етики психолога. Обстеження, обсяг і характер інформації може розголошуватися зацікавленим особам і установам лише за добровільної згоди самого обстежуваного. Загальна установка будь-якого психологічного обстеження – роз'яснення обстежуваному мети дослідження, насамперед надання йому допомоги у виборі правильної позиції і лінії поведінки, визначенні напрямку самовдосконалення.

Під час експертизи й консультивання, особливо у випадках застосування тестів здібностей, неправильне суб'єктивне тлумачення результату може завдати шкоди особистості обстежуваного, тому необхідно дотримуватись індивідуального підходу до вибору форми й обсягу інформації, що йому повідомляється, а також деонтологічних, психогігієнічних принципів. Останнє найважливіше й найактуальніше в галузі клінічної психодіагностики.

Дослідження має бути цілком неупередженим. Під час психодіагностики не слід піддаватися впливу загального враження про особистість обстежуваного: симпатія чи антипатія, власний психічний стан чи настрої, зааганжованість на отримання певного результату тощо.

2.1 Визначення загальних здібностей особистості військовослужбовця Національної гвардії України

Проблема здібностей посідала важливе місце в наукових працях відомих науковців Б. Ананьєва, О. Леонтьєва, Г. Костюка, К. Платонова, С. Рубінштейна, М. Лейтеса, Б. Теплова та ін.

Науковою спільнотою найбільше підтримана концепція Б. Теплова (“Психодіагностика і обдарованість”), в якій чітко визначено здібності, їх головні ознаки й фактори розвитку. По-перше, вони відрізняють одну людину від іншої. По-друге, стосуються успішного виконання будь-якої діяльності. По-третє, здібності не зводяться лише до знань, умінь і навичок, вироблених у людини, хоча й зумовлюють легкість і швидкість набуття цих знань.

У зарубіжній психології як здібності розглядають або вроджені особливості індивіда, які фатально визначають усі досягнення суб'єкта (capacity), або набуті ним навички й уміння (ability). Достатньо поширеним є ще одне поняття “aptitude”, що в англійському словнику визначається як “природна здібність набувати відносно загальні чи спеціальні знання і вміння”.

Загальні здібності, які ототожнюються з інтелектом, до цього часу розглядаються західними психологами як уроджені, такі, що визначають успіхи в навчанні й опануванні професії.

Кожна людина здібна до певного виду діяльності. Поза діяльністю цю властивість людини не можна розпізнати, описати й охарактеризувати. Тому ми й складаємо думку про здібності людини за її роботою та результатами діяльності.

Кожна здібність людини являє собою складну властивість, внутрішню можливість відповідати вимогам, які ставить перед людиною діяльність, вона спирається на низку інших властивостей, до яких насамперед належать життєвий досвід людини, набуті нею знання, уміння й навички. Відомо, що чим багатше життєвий досвід, тим легше людині досягати успіху в діяльності. Досвідчена людина, озброєна науковими знаннями, ширше і глибше усвідомлює завдання, які суспільство ставить перед нею, і вирішує їх успішніше, ніж людина, яка не має таких знань.

Істотну роль при цьому відіграє не тільки наявність самих знань, а й уміння користуватися ними, застосовувати їх для вирішення нових навчальних, практичних, наукових та інших завдань. Тому не можна розглядати здібності людини як властивості, що існують незалежно від її знань, умінь і навичок. Здібності людини ґрунтуються на наявних знаннях, уміннях і навичках, на системі тимчасових нервових зв'язків, що є визначальними стосовно них, вони формуються й розвиваються у процесі набування людиною нових знань, умінь і навичок.

Психологія, заперечуючи ототожнення здібностей із важливими компонентами діяльності – знаннями, уміннями, навичками, – підкреслює їх єдність. Тільки в процесі діяльності можливо встановити, чи має людина здібності до певного виду діяльності.

Отже, між здібностями і знаннями існує складний зв'язок. Здібності залежать від знань, але здібності визначають швидкість і якість оволодіння цими знаннями. Щодо знань, умінь і навичок здібності швидше виявляються не в їх наявності, а в динаміці оволодіння ними, тобто в тому, наскільки за однакових умов людина швидко, глибоко, легко і міцно опановує знання і вміння.

Здібності – це індивідуально-психологічні особливості особистості, які є умовою успішного здійснення певної діяльності й визначають відмінності в оволодінні необхідними для неї знаннями, уміннями й навичками.

Прийнято виділяти загальні і спеціальні здібності. Перші забезпечують опанування різних видів знань, умінь, які людина реалізує в різноманітних видах діяльності. Ці здібності, як і будь-які інші, залежать від природних задатків і особливостей навчання і виховання.

Спеціальні здібності розглядаються стосовно окремих, спеціальних галузей діяльності, що виявляється в їх класифікації за видами діяльності. У психології співвідношення загальних і спеціальних розуміють як співвідношення загального й особливого.

Вивчаючи конкретно-психологічну характеристику здібностей, можна виокремити в них загальні (відповідають не одному, а багатьом видам діяльності) і спеціальні якості (відповідають вужчим вимогам певної діяльності), які не слід протиставляти. До загальних властивостей особистості, що за умов діяльності постають як здібності, належать індивідуально-психологічні якості, що характеризують належність людини до одного з трьох типів людей, визначених І. Павловим як “художній”, “розумовий” і “середній”. Ця типологія пов’язана з відносним переважанням першої або другої сигнальної систем. Відносне переважання першої сигнальної системи у психічній діяльності людини характеризує “художній” тип, другої – “розумовий”. Рівновага обох систем дає “середній” тип.

“Художньому” типу властиві яскравість образів, жива вразливість, емоційність. Таким людям легше опанувати діяльність художника, скульптора, музиканта, актора тощо.

Для “розумового” типу характерне вміння оперувати абстрактним матеріалом, поняттям, математичними залежностями.

Проте слід зазначити, що навіть наявність поділу на “художній” і “розумовий” типи не означає слабкості інтелектуальної діяльності у “художнього” типу або, навпаки, слабкості конкретних вражень у “розумового”. Ідеться про відносне переважання.

Для діагностики інтелекту виділяються також здібності:

– модально загальні (вербальний інтелект; неметричний інтелект, що дозволяє здійснювати обчислення; просторовий інтелект; техніко-практичний інтелект);

– часткові (рівень розвитку психічних пізнавальних функцій: пам’яті, уваги, сприйняття, мислення, уяви).

Як відомо, у людини друга сигнальна система є провідною, тобто переважає над першою. До окремих властивостей, які входять до структури здібностей, належать:

– уважність, тобто здатність тривало і стійко зосереджуватися на завданні, об’єкті діяльності (чим складніше завдання, тим більшої зосередженості воно потребує);

– чутливість до зовнішніх вражень, спостережливість.

Кожна здібність охоплює певні якості пам’яті людини: швидкість, міру, повноту запам’ятовування та відтворювання.

У структурі здібностей особливо важлива здатність мислити, розкривати певні зв’язки та відношення (широта, глибина, якість, послідовність, самостійність, критичність, гнучкість). Існує тісний зв’язок між здібностями і вольовими якостями: ініціативність, рішучість, наполегливість, вміння володіти собою, долати труднощі. Отже, здібності не можна розглядати як властивості. Це своєрідне й відносно стійке поєднання психічних властивостей людини, що зумовлює можливість успішного виконання нею певної діяльності. Недостатне розвинення окремих властивостей може компенсуватися.

У вивченні здібності використовують широкий набір діагностичних засобів: спостереження, експеримент, аналіз продуктів діяльності тощо. Проте за формальними критеріями ці методи не доведені до рівня вимог, що пред'являють до методів психологічної діагностики.

Практичні дослідження психологами військовослужбовців НГУ дозволяють стверджувати, що під час виконання службово-бойових завдань важливі функції мислення такі: аналіз, зіставлення, оцінювання ситуацій, що виникають під час надзвичайних подій. Отже, ці аналітичні функції мислення допомагають відпрацьовувати оптимальний алгоритм дій військовослужбовців. В екстремальних ситуаціях для створення плану дії, побудови нової концептуальної моделі першорядного значення набуває синтетична функція мислення. Крім того, підкреслюється особлива роль такої властивості, як критичність мислення, що лежить в основі самоконтролю.

Зазначимо також, що інтелектуальні особливості є тим підґрунтям, яке багато в чому визначає набуті стилі саморегуляції (наприклад, особливості прийняття рішення) і копінг-стратегії (планування, гумор тощо).

Для вивчення когнітивної сфери і загальних здібностей військовослужбовця НГУ, що визначають можливість оволодіння будь-якою діяльністю, як головну методику доцільно використовувати тест “Прогресивні матриці Равена” (Дж. Равен). Розумові здібності військовослужбовців вивчають за допомогою методики “Короткий орієнтувальний тест” (адаптований тест Вандерліка), “Опитувальник загальної компетенції” (О. С. Штепа). Додаткову інформацію дають також і деякі шкали 16-факторного опитувальника Р. Кеттелла (фактора В), які описують інтелектуальні характеристики особистості. Деякі дані про здібності (до адаптації, змін) отримують і за допомогою методики “Адаптивність” та опитувальника суїцидального ризику.

Розглянемо детальніше запропонований перелік методик.

2.1.1 Методика прогресивних матриць Дж. Равена

Для визначення загальних здібностей як головну методику використовують тест Дж. Равена. Крім того, дані про інтелект як загальну здібність (здібність до навчання) отримують за допомогою опитувальника Р. Кеттелла (фактора В), а деякі дані про здібності (до адаптації, змін) – за допомогою методики “Адаптивність” та опитувальника суїцидального ризику.

Тест Дж. Равена визначає здібності сприймати певні форми, схоплювати їх особливості, характер і сукупність відносин, а тому він і вимагає логічних міркувань. Автор вважає, що йдеться не про абсолютне вимірювання якогось абсолютного інтелекту, але результати тесту певною мірою репрезентують інтелект.

Під час вирішення завдань тесту працюють три основних психічних процеси:

- 1) увага, уважність;
- 2) сприйняття, сприйнятливність;

3) мислення, тямущість.

Щодо змісту понять “увага” і “уважність” існує кілька поглядів. Одні науковці вважають її зосередженням свідомості, інші – її головним елементарним чинником перцепції, що викликає спрямованість на об’єкт сприйняття або підготовку суб’єкта до сприйняття.

У процесі вирішення завдань тесту увага край напружена, підтримує прагнення (інтерес) до вирішення, що вимагає одночасно і концентрації, і розподілу уваги. Зниження уваги завжди призводить до помилок. Крім уваги на вирішення завдань впливають рівень волі (наполегливість) і стійкість емоцій. Таким чином, тест Равена не є тестом “чистого інтелекту”, а чутливий до гостроти й точності уваги, ясності мислення. У цьому випадку йдеться про визначення здатності до систематизації і планомірності або методичності мислення, а не про сам інтелект у цілому, оскільки тест Равена – невербальне випробування.

Найвідоміші два основні варіанти тесту Равена: чорно-білі і кольорові матриці.

Чорно-білі матриці застосовуються для обстеження дітей і підлітків у віці з 8 до 14 років і дорослих у віці від 20 до 65 років. Кольоровий варіант тесту Равена (простіший за чорно-білий) призначено для обстеження дітей у віці від 5 до 11 років, іноді рекомендується для осіб старше 65 років.

Матеріал тесту чорно-білого варіанта являє собою 60 матриць або композицій із пропущеними елементами (див. рис. 2.1–2.5). Завдання поділені на 5 серій (А, В, С, D, Е) по 12 однотипних матриць зростаючої складності у кожній серії. Завдання ускладнюються і з переходом від серії до серії. Обстежуваний повинен вибрати серед 6–8 запропонованих варіантів елемент матриці, якого бракує.

Під час розроблення тесту здійснено спробу реалізувати принцип прогресивності, який полягає в тому, що виконання попередніх завдань і їх серій є своєрідною підготовкою обстежуваного до виконання наступних. Відбувається навчання виконанню складніших завдань.

Кожна серія завдань складена за певними принципами.

Серія А – принцип взаємозв’язку в структурі матриць (див. рис. 2.1 ($a_1 - a_{12}$)). Обстежуваному потрібно додати частину зображення, якої бракує.

Вважається, що під час роботи з матрицями цієї серії реалізуються такі головні розумові процеси:

- диференціація основних елементів структури та розкриття зв’язку між ними;
- ідентифікація частини структури, якої бракує, і звірення її із запропонованими зразками.

Психологічне значення: результат залежить від рівня уважності, рівня статичної уяви і рівня візуального розрізнення.

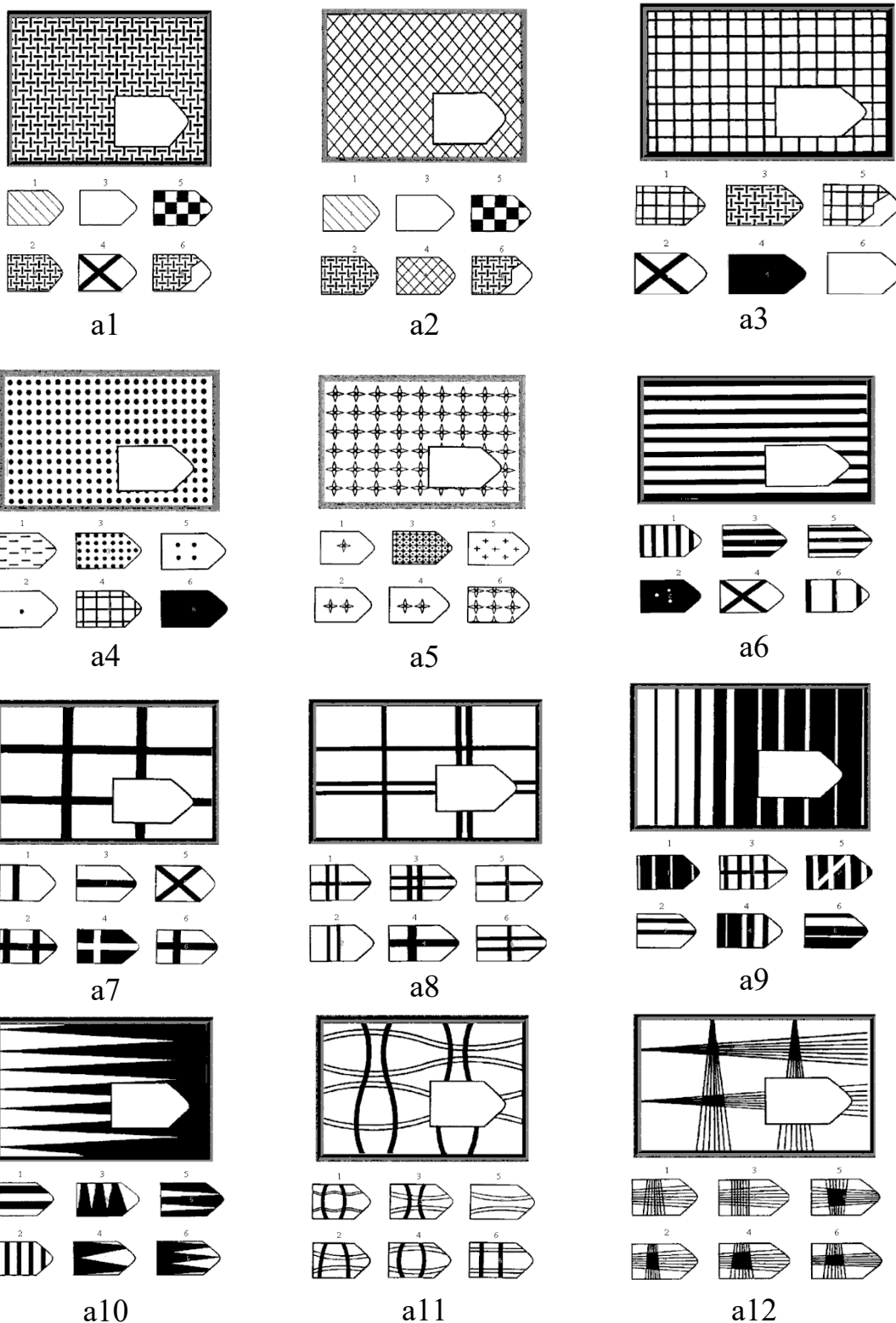


Рисунок 2.1 – Матриці Дж. Равена “Серія А”

Серія В – принцип аналогії між парами фігур (див. рис. 2.2). Завдання обстежуваного полягає в пошуку аналогії між парами фігур. Він розкриває цей принцип шляхом поступової диференціації елементів. Під час вирішення використовується здатність осягати симетричність між фігурами. Матриці Дж. Равена “Серія В” наведено на рис. 2.2.

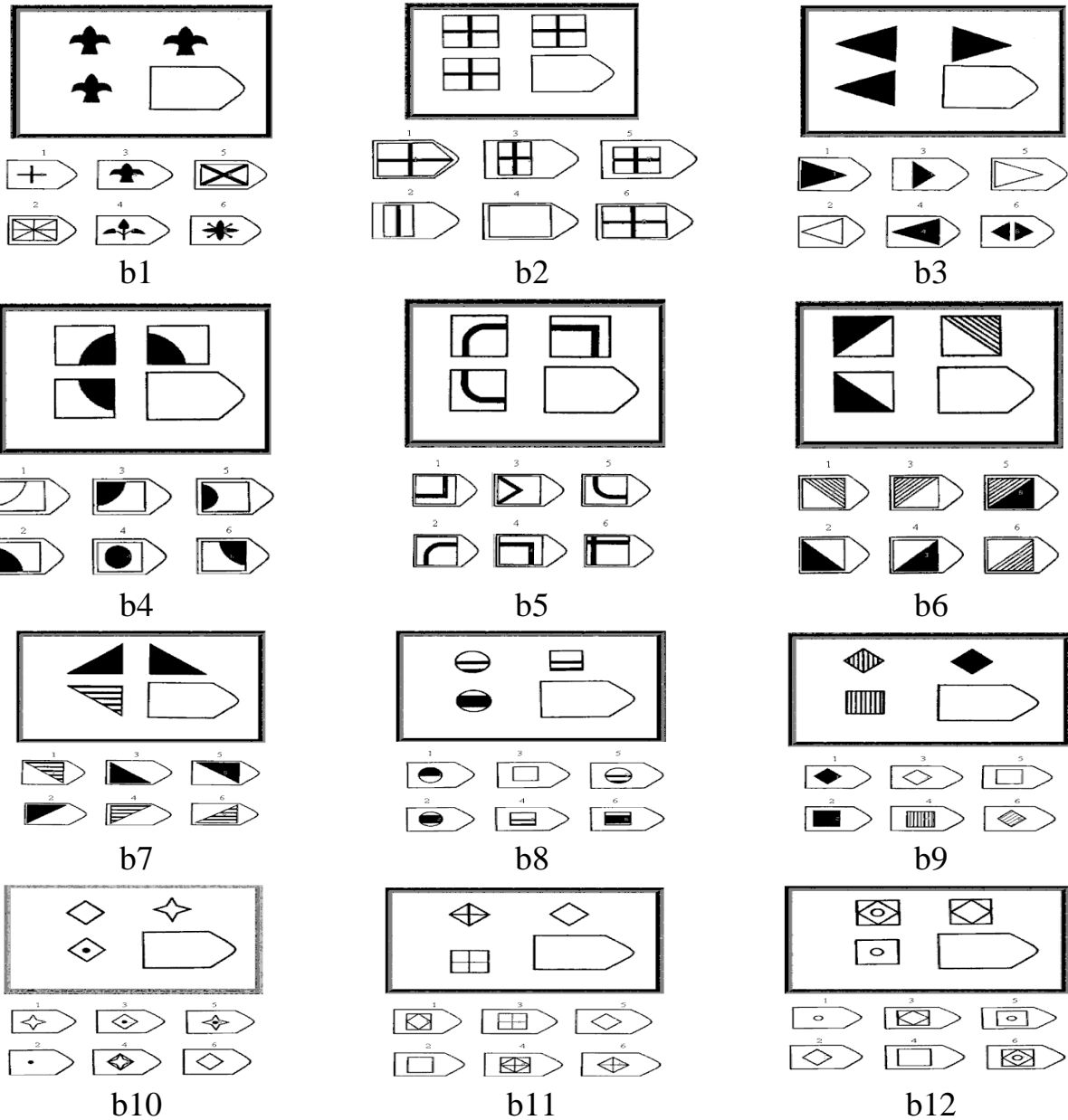


Рисунок 2.2 – Матриці Дж. Равена “Серія В”

Психологічне значення: здатність до лінійної диференціації і міркування на основі лінійних взаємозв’язків.

Серія С – принцип прогресивних змін у фігурах матриць. Завдання цієї серії містять складні зміни фігур відповідно до принципу їх безперервного розвитку, збагачення по вертикалі і горизонталі (підсумовування нових елементів у кінцевій відсутній фігурі). Психологічне значення: виявляється здатність до динамічної, швидкої спостережливості і простежування безперервних змін, динамічна уважність, здатність уявляти. Матриці Дж. Равена “Серія С” наведено на рис. 2.3.

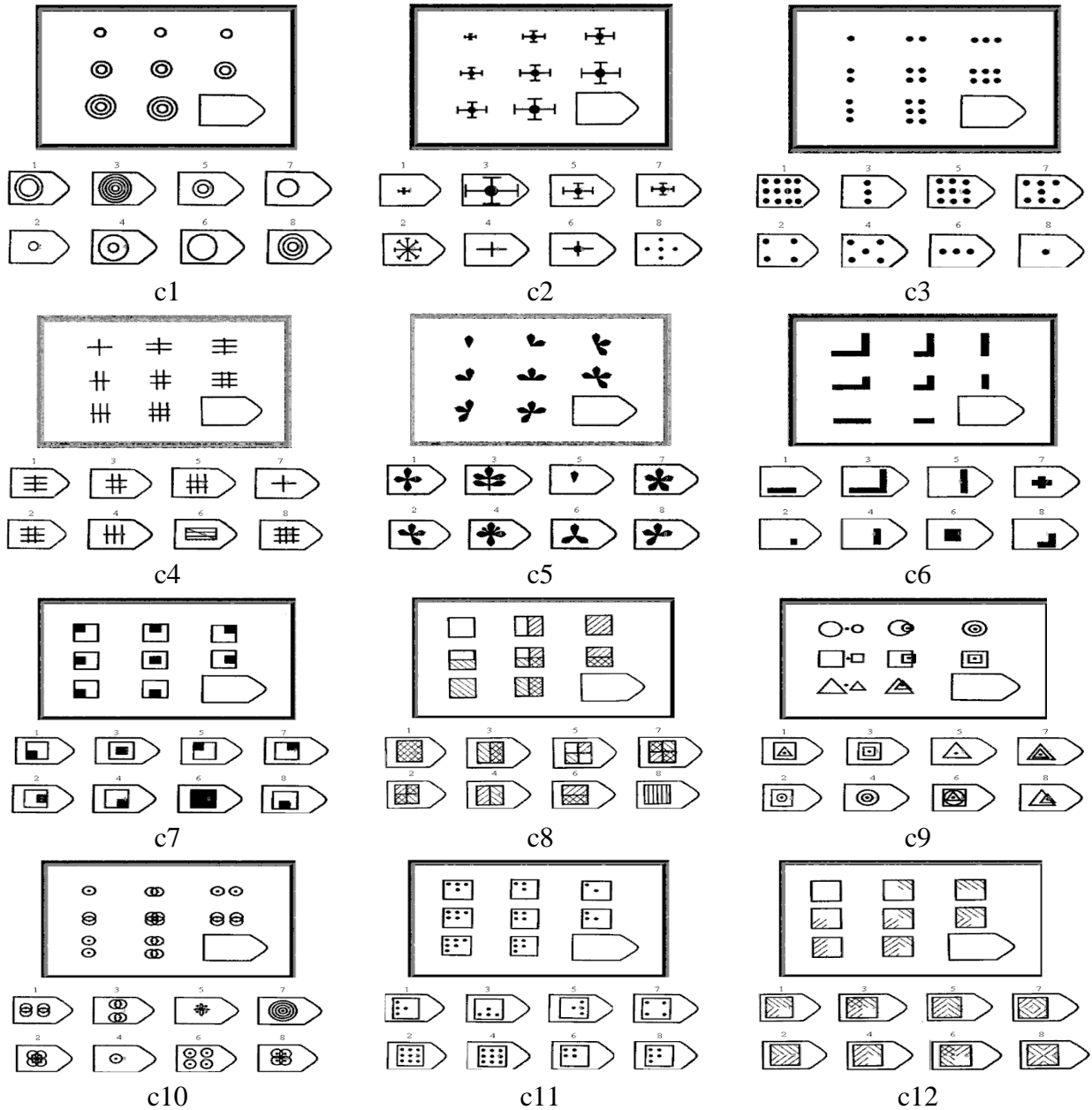


Рисунок 2.3 – Матриці Дж. Равена “Серія С”

Серія D – принцип перегрупування фігур. Ця серія складена за принципом перестановки фігур у матриці по горизонталі й вертикалі. Слід дотримуватися закономірної послідовності фігур і з’єднання фігур у цілісну структуру.

Психологічне значення: результат залежить від здатності помічати кількісні і якісні зміни в упорядкуванні (складанні) фігур згідно із закономірністю використовуваних змін. Матриці Дж. Равена “Серія D” наведено на рис. 2.4.

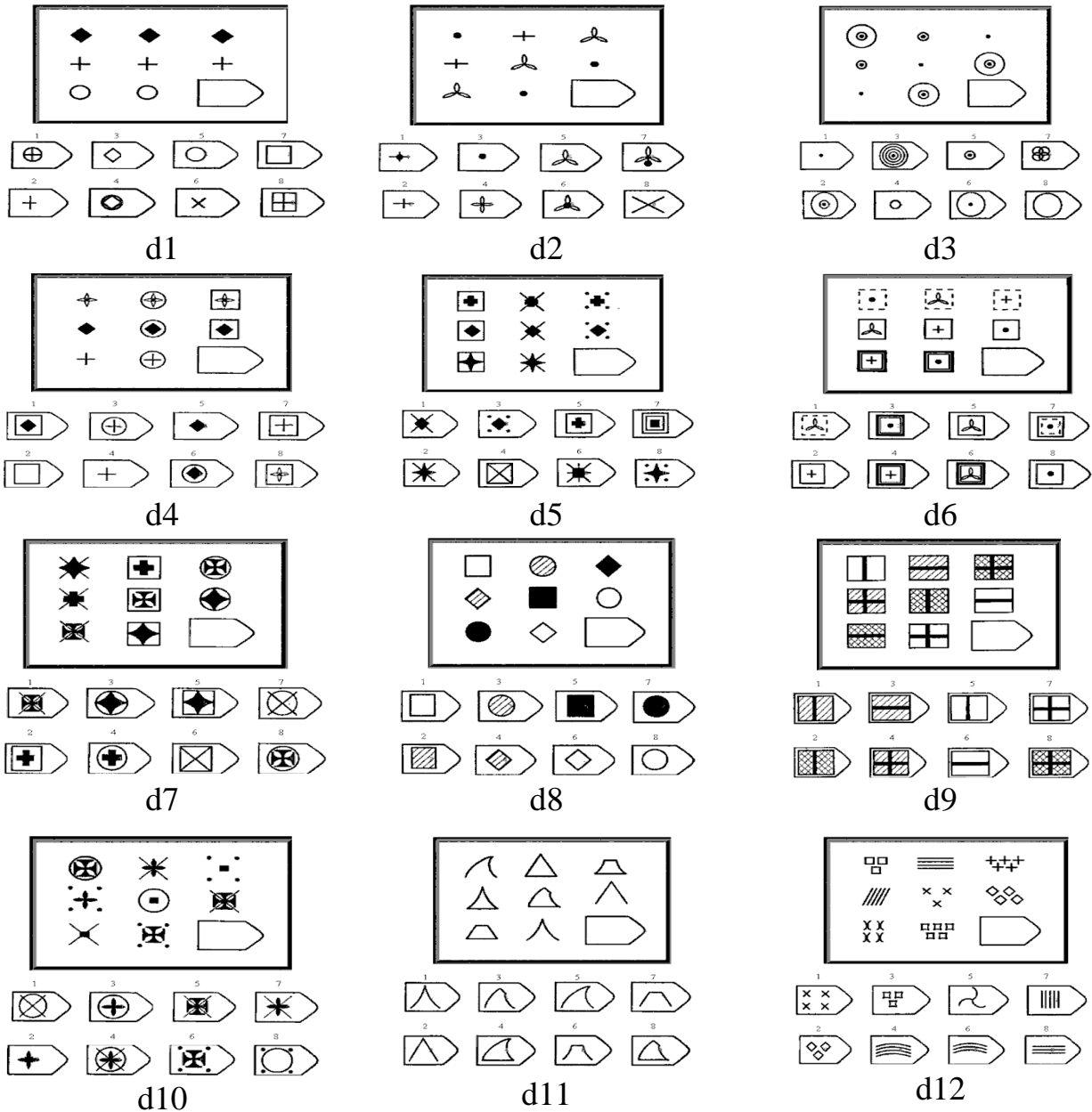


Рисунок 2.4 – Матриці Дж. Равена “Серія D”

Серія E – принцип розкладання фігур на елементи. Найскладніша серія. Процес вирішення завдань цієї серії полягає в аналізі фігур основного зображення і подальшої зборки відсутньої фігури по частинах (аналітико-синтетична діяльність мислення). Тут потрібно складати і віднімати елементи фігур, змішувати частини за алгебраїчним принципом. Члена структури, якого бракує, знаходять за допомогою алгебраїчних операцій з останніми членами структури. Матриці Дж. Равена “Серія E” наведено на рис. 2.5.

Психологічне значення: здатність спостерігати складний кількісний і якісний розвиток кінетичних, динамічних рядів. Вища форма абстракції і динамічного синтезу.

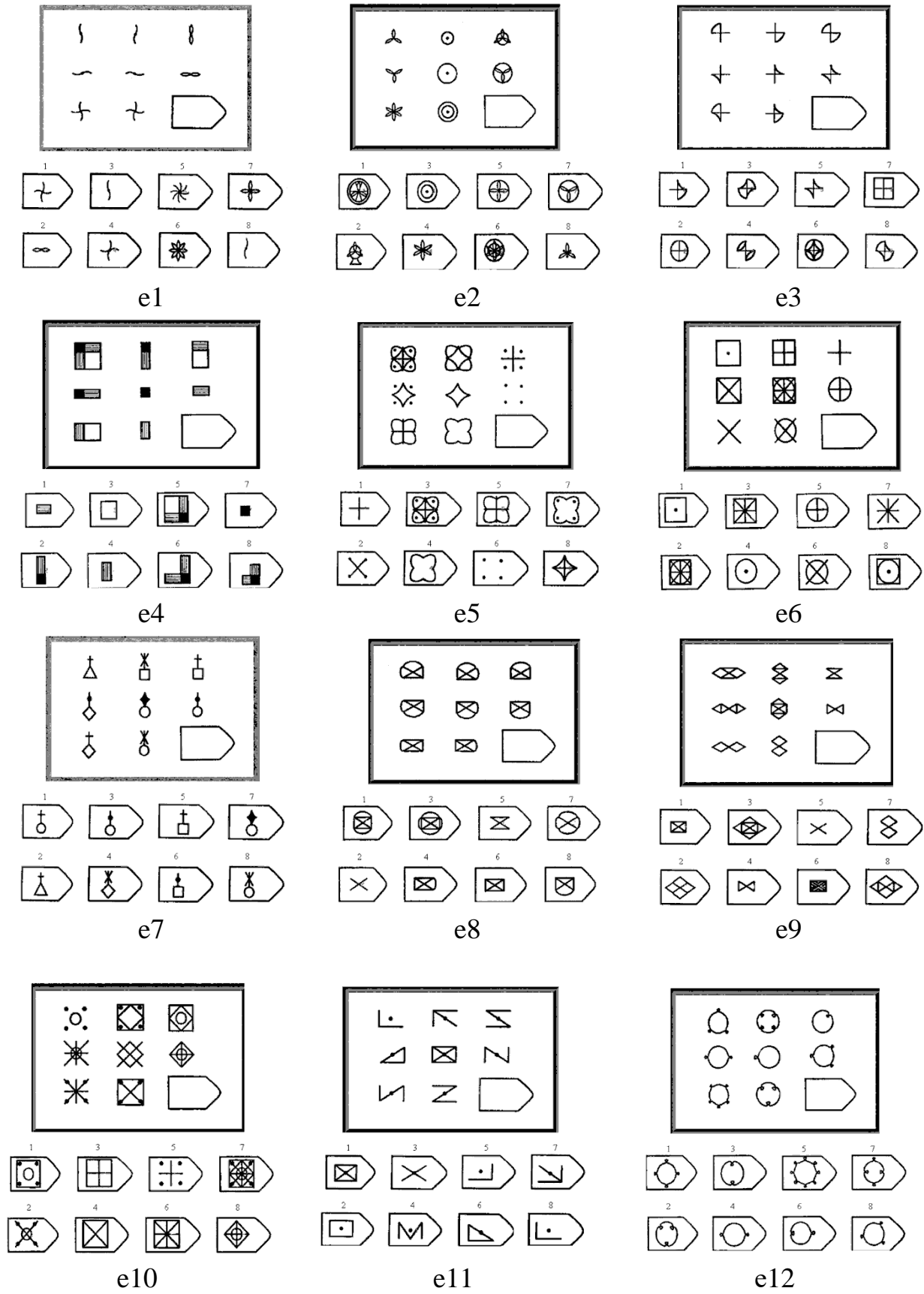


Рисунок 2.5 – Матриці Дж. Равена “Серія E”

Процедура дослідження інтелекту для дорослих

Інструкція до тесту. Перед вами 60 завдань. Усі завдання поділено на 5 груп, які називаються серіями і позначаються індексами (літерами) *A, B, C, D, E*. Серія містить 12 завдань. Ці завдання складено так, що на початку кожної серії завдання простіші, а наприкінці – складніші. У кожному завданні у великій рамці є зразок, складений із певних фігур. Ці фігури чи рисунки складені не випадково, а згідно з певними закономірностями. Таку закономірність ви повинні виявити в кожному завданні. У кожному великому зразку бракує частини або останньої фігури. Ви повинні їх знайти. Вони мають правильно доповнити великий зразок (матрицю) відповідно до виявленої вами закономірності. Фігури, серед яких є потрібна для доповнення верхнього зразка, позначено числами 1–6 або 1–8 і розміщено під ним. Номер фігури, якою слід заповнити зразок верхньої рамки, слід записати у відповідну рубрику протоколу випробувань. Дбайте про те, щоб правильно вносити кожену відповідь у ту рубрику, яка позначена номером завдання. Дійте послідовно від завдання до завдання і не пропускайте жодного. Не повертайтеся до попередніх завдань! Працуйте швидко, але не поспішайте. Коли якийсь завдання не вдається вирішити логічно, спробуйте вгадати, яка з фігур (зображень) під великою рамкою могла б потрапити на порожнє місце зразка.

Обробка та інтерпретація результатів

Результати випробовуваного порівнюємо з ключем правильних рішень (табл. 2.1).

Таблиця 2.1 – Ключі до тесту Равена

№ пор.	<i>A</i>	<i>B</i>	<i>C</i>	<i>D</i>	<i>E</i>
1	4	2	8	3	4
2	5	6	2	5	7
3	1	1	3	3	8
4	2	2	8	4	2
5	6	1	4	8	1
6	3	3	5	7	6
7	6	5	6	6	1
8	2	6	1	5	7
9	1	4	4	1	3
10	3	3	7	2	2
11	4	4	1	6	5
12	5	5	2	7	6

За кожне правильне рішення надається один бал, тому обстежуваний може отримати вищу оцінку – 60 балів. Бали підраховуються окремо за кожною серією і сумарно за всім тестом. Загальна сума становить індекс (показник) інтелектуальної сили випробовуваного. Виявляються рівень розвитку його логічного мислення, системність мислення, а також здатність упорядковувати фігури в зразках.

До оцінювання та інтерпретації результатів тесту необхідно визначити їх надійність. Для цього, по-перше, слід ураховувати, чи вирішував випробовуваний завдання, чи тільки вгадував. Результати, які свідчать про те, що випробовуваний лише вгадував, вважаються поганими, несприятливими. На таке вгадування у виборі фігур указує низька сума балів за тестом у цілому. Низькі числові показники слід завжди вважати менш надійними, ніж високі числові показники.

По-друге, визначається рівень варіабельності отриманих результатів. Для цього результати тестування за кожною серією порівнюються з очікуваними результатами розподілу нормальних рішень (табл. 2.2).

Таблиця 2.2 – Очікувані результати розподілу нормальних рішень за серіями

Число загальних балів	Очікувані результати розподілу нормальних рішень за серіями				
	A	B	C	D	E
15	8	4	2	1	0
16	8	4	3	1	0
17	8	5	3	1	0
18	8	5	3	2	0
19	8	6	3	2	0
20	9	6	3	2	0
21	8	6	4	2	1
22	9	6	4	2	1
23	9	7	4	2	1
24	9	7	4	3	1
25	10	7	4	3	1
26	10	7	5	3	1
27	10	7	5	4	1
28	10	7	6	4	1
29	10	7	6	5	1
30	10	8	6	4	2
31	10	7	7	5	2
32	10	8	7	5	2
33	11	8	7	5	2
34	11	8	7	6	2
35	11	8	7	7	2
36	11	8	8	7	2
37	11	9	8	7	2
38	11	9	8	8	2
39	11	9	8	8	3
40	10	9	9	8	4
41	11	10	9	8	3
42	11	10	9	8	3
43	12	10	9	9	3
44	12	10	9	9	4
45	11	10	10	9	5
46	12	10	10	9	5
47	12	10	10	9	6

Кінець табл. 2.2

Число загальних балів	Очікувані результати розподілу нормальних рішень за серіями				
48	12	11	10	9	6
49	12	11	10	10	6
50	12	11	10	10	7
51	12	11	11	10	7
52	12	11	11	10	8
53	12	11	11	11	8
54	12	12	11	11	8
55	12	12	11	11	9
56	12	12	12	11	9
57	12	12	12	11	10
58	12	12	12	12	10
59	12	12	12	12	11

Різниця між ними розглядається як відхилення і записується в нижньому рядку бланка відповідей як 0, -1, +1, -2, +2 і т. ін. Коли відхилення більше 2 балів у серії, повний числовий показник не можна прийняти таким, яким він вийшов, він не може бути вирішальним в оцінюванні загальної інтелектуальної сили випробовуваного. Загальний числовий показник важливий тільки тоді, коли відхилення більше 2 з'являється до кінця випробування, в останніх серіях. Позитивні і негативні відхилення мають додаткове психологічне значення. Великі відхилення на початку тесту свідчать про дефект уваги або сприйняття, але не можуть бути ознакою зниження інтелектуальної сили.

Для визначення діагностичності тесту підраховується сума відхилень без урахування знака (не звертаючи уваги на “+” або “-” за модулем) за всім тестом. Отриманий індекс варіабельності вважається нормальним, якщо становить не більше 4–6, якщо ж він досягає 7 і більше, то це означає, що результат випробування не є надійним (позитивним) і випробовуваного потрібно обстежити іншим методом.

У разі дуже високого відхилення (варіабельності) необхідно проаналізувати випадковість помилок випробовуваного, для чого порівнюємо його результати з розподілом завдань за складністю (див. табл. 2.2), що дозволяє скоригувати підсумковий результат. Якщо помилки пов'язані з легкими завданнями (1–4 ступені), то це може бути віднесено за рахунок зниження уважності в ході експерименту. Зниження результатів у серіях через помилки у складних завданнях, особливо у 8–12 ступенях складності, розглядаються як закономірні прояви несформованості або зниження рівня розвитку відповідних психічних процесів (див. “Психологічне значення” за серіями), розумових операцій.

Визначивши діагностичність субтестів, переводимо “сирі” бали в показники IQ (коефіцієнт інтелекту) за табл. 2.3 для дорослих 16–30 років.

Таблиця 2.3 – Переведення “сірих” балів у показники IQ (вік 16–30 років)

Переведення “сірих” балів у показники IQ (вік 16–30 років)					
Сума “сірих” балів	IQ-показник	Рівні інтелектуального розвитку	Сума “сірих” балів	IQ-показник	Рівні інтелектуального розвитку
10	55	Інтелектуальний дефект: розумова відсталість на рівні дебільності	36	90	Нижче середнього
11	57		37	91	
12	58		38	92	
13	59		39	93	
14	61		40	95	
15	62		41	96	
16	65		42	98	
17	65		43	99	
18	66	Невеликий ступінь розумового відставання	44	100	Нормальний, середній
19	67		45	102	Вище середнього
20	69		46	104	
21	70		47	106	
22	71		48	108	Значно вище середнього
23	72		49	110	
24	74		50	112	
25	75		51	114	
26	75		52	116	
27	76		53	118	
28	79		54	120	
29	80	55	122	Високий, дуже високий	
30	82	56	124		
31	83	57	126		
32	84	58	128		
33	86	59	130		
34	87	60	132		
35	88				

Якщо вік обстежуваного вище 30 років, то під час визначення IQ вводиться так звана поправка на вік (табл. 2.4).

Таблиця 2.4 – Внесення поправок до значень IQ-показників (вік 35–60 років)

Внесення поправок до значень IQ-показників (вік 35–60 років)							
Вік	16-30	35	40	45	50	55	60
<i>K</i>	1,0	0,97	0,93	0,88	0,82	0,76	0,70

Визначений IQ-показник ділиться на поправочний коефіцієнт *K*. Останній дозволяє враховувати поступове зниження з віком інтелектуальних здібностей людини. Характеристику інтелектуальних здібностей за відповідним IQ-показником дивимося в табл. 2.5.

Процентильна оцінка показує, який відсоток членів стандартної вибірки такого віку має вищий, а який нижчий показник у “сирих” балах. Так, процентиль 95 означає, що лише 5 % із вибірки досягли цього результату в “сирих” балах, інші 95 мають нижчий бал. Якісна обробка тесту проводиться відповідно до психологічного значення кожної конкретної серії.

2.1.2 Методика “Короткий орієнтувальний тест” (адаптований тест Вандерліка)

Задля вивчення здатності виділяти професійно важливі маркери і на їх основі, урахувавши наявні ресурси, здійснювати оперативне планування, розгортати набуті алгоритми професійних дій доцільно використовувати “Короткий орієнтувальний тест” (КОТ) – адаптацію тесту Вандерліка, що належить до категорії тестів загального інтелекту.

Психологічний аспект розумової службово-бойової діяльності військовослужбовців є однією з найцікавіших і найменш вивчених проблем. Професійне мислення являє собою процес пізнавальної діяльності військовослужбовців, який характеризується узагальненим та опосередкованим відображенням дійсності в її зв'язках і відношеннях між предметами та явищами. Мислення – це властивість мозку, яка визначається особливостями вищої нервової діяльності та нейрофізіологічними процесами. Крім того, мислення людини визначається її практичною діяльністю.

Особливістю розумової діяльності військовослужбовця Національної гвардії України є те, що він змушений діяти в умовах невизначеності, браку інформації. Військовослужбовець повинен урахувати ступінь імовірності дій, покладаючись на досвід і професійні знання, а оскільки не існує стовідсотково правильної реакції в тому чи іншому випадку, доводиться передбачати велику кількість варіантів дій.

Мисленню військовослужбовця мають бути притаманними такі якості:

1) глибина – здатність проникнути за рівень видимого в сутність фактів, зрозуміти зміст того, що відбувається, здатність передбачати дії, прямі та опосередковані результати явищ і вчинків;

2) широта – уміння охопити думкою велику кількість питань і фактів, використовуючи отримані в процесі попередньої професійної підготовки знання й уміння;

3) швидкість – уміння вирішувати завдання за мінімальний час, здійснюючи прискорену оцінку обстановки і вживаючи невідкладні заходи;

4) критичність – уміння своєчасно виявляти помилки, самостійно розкривати їх причину;

5) гнучкість – уміння підійти до явища з різних точок зору, установлювати залежність і зв'язки в порядку, зворотному тому, який уже було засвоєно, перебудовувати свою діяльність і змінювати прийняті рішення відповідно до нових обставин.

Використанню методики сприяють такі властиві їй переваги:

- методика КОТ на сьогодні не є широко відомою, що дозволяє знизити ймовірність обізнаності обстежуваних щодо стимульного матеріалу і ключів;
- структура методики і бланків обмежує можливість списування під час масових обстежень.

Загальна характеристика методики. Тест КОТ призначений для діагностики загального рівня інтелектуальних здібностей. Методика належить до категорії тестів розумових здібностей (IQ), що свідчать про загальний рівень інтелектуального розвитку індивіда. У тестах на визначення IQ перед індивідом ставиться серія завдань, підібраних таким чином, аби забезпечувалась адекватна вибірка всіх найважливіших інтелектуальних функцій для проникнення у “критичні точки інтелекту”. КОТ передбачає психодіагностику таких параметрів інтелекту: здатність до узагальнення й аналізу, гнучкість мислення, швидкість і точність сприйняття матеріалу, грамотність, вибір оптимальної стратегії і т. ін.

Опитувальник КОТ було розроблено як відбірковий для людей, що претендують на подальше навчання. Він також дозволяє отримати розгорнуту характеристику сформованості пізнавальної адаптації суб’єкта у світ і в цілому. Методика КОТ використовується під час попереднього відбору та розподілу кадрів у промисловості, армії, системі освіти, у профорієнтаційній роботі, психодіагностиці навченості і ділових якостей особистості.

Інструкція. Нижче наведено зразки завдань і правильні відповіді на них. Наприклад, швидкий є протилежним за змістом слову:

- 1) тяжкий; 2) пружний; 3) скорий; 4) легкий; 5) повільний.

Бензин коштує 44 коп. за літр. Скільки коштує 2,5 літра? Правильна відповідь – 110 коп, або 1 грн. 10 коп. Напишіть її над рискою.

Мінер – Мінор. Ці два слова є: 1) схожими; 2) протилежними; 3) і не схожі, і не протилежні. Правильна відповідь (3).

Тест, який вам буде запропоновано, має 50 запитань. На виконання тесту відводиться 15 хв. Дайте відповідь на стільки запитань, на скільки зможете, і не витрачайте багато часу на одне запитання.

Усі запитання ставте зараз. Під час виконання тесту на ваші запитання відповідати не будуть. Зосередьтеся, чекайте команди.

Стимульний матеріал

1. Одинадцятий місяць року це: 1 – жовтень; 2 – травень; 3 – листопад; 4 – лютий.

2. Слово “суворий” є протилежним за значенням до слова: 1 – різкий; 2 – суворий; 3 – м’який; 4 – жорсткий; 5 – негідний.

3. Яке з наведених нижче слів відрізняється від інших: 1 – невизначений; 2 – сумлінний; 3 – упевнений; 4 – довіра; 5 – вірний.

4. Дайте відповідь “так” або “ні”. Скорочення “н. е.” означає: 1 – “нашої ери” (нової ери).

5. Яке з наведених слів відрізняється від інших: 1 – співати; 2 – дзвонити; 3 – теревенити; 4 – слухати; 5 – говорити.

6. Слово “бездоганний” є протилежним за своїм значенням до слова: 1 – незаплямований; 2 – непристойний; 3 – непідкупний; 4 – невинний; 5 – класичний.

7. Із наведених нижче слів належить до слова “жувати” як “нюх” до “носа”: 1 – солодкий; 2 – язик; 3 – запах; 4 – зуби; 5 – чистий.

8. Скільки з наведених нижче пар слів є повністю ідентичними?

Sharp M.C.

Sharp M.C.

Filder E.H.

Filder E.N.

Connor M,G.

Conner M,G.

Woesner O.W.

Woerner O.W.

Soderquist P.E.

Soderquist B.E.

9. Слово “ясний” є протилежним за змістом до слова: 1 – очевидний; 2 – явний; 3 – недвозначний; 4 – чіткий; 5 – темний.

10. Підприємець купив кілька вживаних автомобілів за 3500 дол., а продав їх за 5500 дол., заробивши при цьому 50 дол. за автомобіль. Скільки автомобілів він перепродав?

11. Слова “стукіт” і “стік” мають: 1 – схоже значення; 2 – протилежне; 3 – не схоже і не протилежне.

12. Три лимони коштують 45 коп. Скільки коштує 1,5 дюжини?

13. Скільки із цих пар чисел є повністю однаковими?

5296

5296

66986

69686

834426

834426

7354256

7354256

61197172

61197172

83238224

83238234

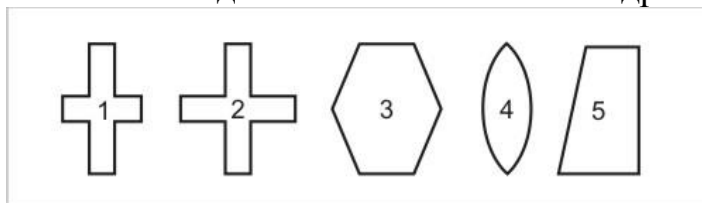
14. Слово “близький” є протилежним за змістом до слова: 1 – дружній; 2 – приязний; 3 – чужий; 4 – рідний; 5 – інший.

15. Найменшим є число: 6; 0,7; 9; 36; 0,31; 5.

16. Розставте запропоновані слова в такому порядку, щоб можна було отримати правильне речення. Як відповідь запишіть дві останні літери останнього слова:

Є СІЛЬ ЛЮБОВ ЖИТТЯ

17. Які з наведених нижче малюнків відрізняються від інших?



18. Два рибалки впіймали 36 рибин. Перший упіймав у 8 разів більше, ніж другий. Скільки впіймав другий?

19. Слово “возносити” і “возродити” мають значення: 1 – схоже; 2 – протилежне; 3 – не схоже і не протилежне.

20. Розташуйте запропоновані нижче слова, щоб утворилося судження. Якщо воно правильне, то відповідь буде – В, якщо неправильне, то – Н.

МОХОМ ОБЕРТИ КАМІНЬ НАБИРАЄ ЗАРОСЛИЙ

21. Дві з наведених нижче фраз мають однаковий смисл.

1. Тримати ніс за вітром.
2. Порожній мішок не стоїть.
3. Три лікарі не кращі за одного.
4. Не все те золото, що блищить.
5. У семи няньок дитина без ока.

22. Під знаком питання має стояти число:

73 66 59 52 45 38 .

23. Тривалість дня і ночі у вересні майже така сама, як і в: 1 – червні; 2 – березні; 3 – травні; 4 – листопаді.

24. Припустимо, що перші два судження правильні. Тоді підсумкове буде: 1 – правильним; 2 – неправильним; 3 – невизначеним.

“Усі передові люди – члени партії, усі передові люди обіймають високі посади, деякі члени партії – високі посади”.

25. Потяг проходить 75 см за 0,25 секунди. Якщо він буде їхати з такою самою швидкістю, то яку відстань він проїде за 5 секунд?

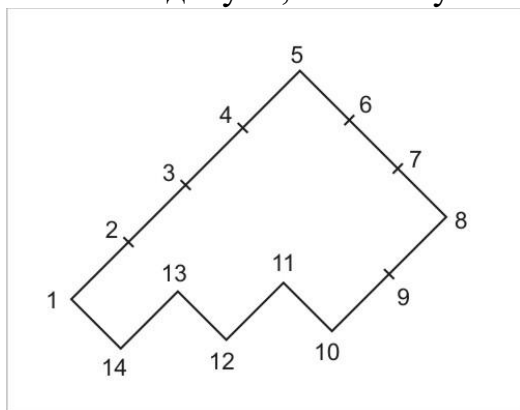
26. Якщо припустити, що два перші судження правильні, то останнє: 1 – правильне; 2 – неправильне; 3 – невизначене

Ігореві стільки ж років, скільки й Марії; Марія молодша за Миколу; Ігор молодший за Миколу.

27. П'ять півкілограмових пачок м'ясного фаршу коштують 2 грн. Скільки кілограмів фаршу можна купити за 80 копійок?

28. Слова “розстелити” і “розтягнути” за смислом: 1 – схожі; 2 – протилежні; 3 – і не схожі, і не протилежні.

29. Розділіть цю геометричну фігуру прямою лінією на дві частини так, аби, склавши їх до купи, можна було б отримати квадрат.

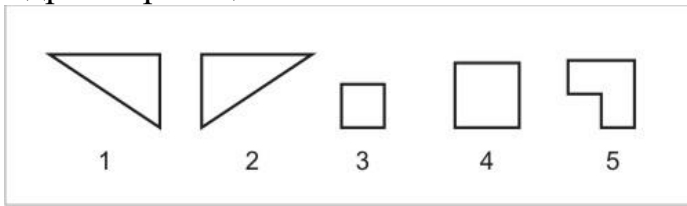


30. Перші два судження правильні, тоді останнє буде: 1 – правильним; 2 – неправильним; 3 – невизначеним.

Олександр привітався з Оксаною. Оксана привіталася з Наталкою. Олександр не привітався з Наталкою.

31. Автомобіль “Жигулі” вартістю 2 тис. 400 у. о. було переоцінено під час сезонного розпродажу на $33\frac{1}{3}\%$. Скільки коштував автомобіль під час розпродажу?

32. Три із п'яти фігур треба об'єднати таким чином, аби утворилася рівнобедрена трапеція.



33. На сукню потрібно $2\frac{1}{3}$ метра тканини. Скільки суконь можна пошити із 42 метрів тканини?

34. Значення двох наведених речень: 1 – подібні; 2 – протилежні; 3 – не схожі і не протилежні.

Три лікарі не кращі за одного. Чим більше лікарів, тим більше хвороб.

35. Слова “збільшувати” і “розширювати” за значенням: 1 – схожі; 2 – протилежні; 3 – не схожі і не протилежні

36. Смысл двох англійських приказок: 1 – схожий, 2 – протилежний, 3 – не схожий і не протилежний.

Швартуватися краще двома якорями. Не клади всі яйця в один кошик.

37. Бакалійник купив ящик з апельсинами за 3,6 дол. В ящику було дванадцять дюжин апельсин. Він знає, що дві дюжини зіпсуються ще до того, як він продасть усі апельсини. За якою ціною за дюжину йому потрібно продавати апельсини, щоб отримати прибуток $\frac{1}{3}$ закупівельної ціни.

38. Слова “претензія” і “претензійний” за своїм значенням: 1 – схожі; 2 – протилежні; 3 – і не схожі, і не протилежні.

39. Якби 0,5 кг картоплі коштувало 0,0125 грн, то скільки кілограмів картоплі можна було б купити на 50 копійок?

40. Одне число ряду чисел не підходить до інших. Яким числом ви б його замінили?

$\frac{1}{4}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{4}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{4}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{6}$

41. Слова “відображальний” і “уявлюваний”: 1 – схожі; 2 – протилежні; 3 – не схожі і не протилежні

42. Скільки соток обіймає ділянка розміром 70×20 м?

43. Наведені фрази за значенням: 1 – схожі; 2 – протилежні; 3 – не схожі і не протилежні.

Хороші речі – дешеві, погані – дорогі. Хороша якість забезпечується простотою, погана – складністю.

44. Солдат влучив у ціль у 12,5 % випадків. Скільки разів він повинен вистрілити, аби влучити 100 разів?

45. Одне число ряду не підходить до інших. Яке число ви б поставили на його місце?

$\frac{1}{4}$ $\frac{1}{6}$ $\frac{1}{8}$ $\frac{1}{9}$ $\frac{1}{12}$ $\frac{1}{14}$

46. Три партнери по акціонерному товариству “Інтенсивник” вирішили поділити прибуток порівну. Ткаченко вклав у справу 4500 грн, Кожедуб – 3500 грн, Павлів – 200 грн.

Якщо прибуток становитиме 2400 грн, то на скільки менший прибуток отримає Ткаченко порівняно з тим, якби прибуток було розділено пропорційно до вкладів?

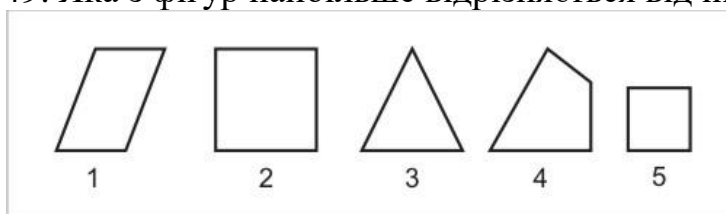
47. Які з наведених нижче приказок мають схожий смисл?

1. Куй залізо, поки гаряче.
2. Один у полі не воїн.
3. Ліс рубають – тріски летять.
4. Не все те золото, що блищить.
5. Не суди за одягом, суди за розумом.

48. Значення наведених фраз: 1 – схожі; 2 – протилежні; 3 – не схожі і не протилежні.

Ліс рубають, тріски летять. Велика справа не буває без втрат.

49. Яка з фігур найбільше відрізняється від інших?



50. У статті, що друкується, 24 тис. слів, редактор вирішив використати шрифт двох розмірів. Коли використовувати шрифт більшого розміру на сторінці поміщається 900 слів, меншого – 1200 слів. Стаття має зайняти 21 повну сторінку в журналі. Скільки сторінок буде надруковано меншим шрифтом?

Обробка та інтерпретація результатів

Інтегральний показник загальних розумових здібностей (*In*) підраховують за кількістю правильно вирішених завдань: 1 бал за кожную правильну відповідь (табл. 2.8).

Таблиця 2.8 – Ключ до методики КОТ

№	Правильна відповідь	№	Правильна відповідь
1	3	26	1
2	3	27	1
3	2 або 4	28	1
4	Так	29	2–13
5	4	30	3
6	2	31	1600
7	4	32	1, 2, 4
8	1	33	18
9	5	34	3
10	40	35	1
11	3	36	1
12	270	37	0,48 за дюжину
13	4	38	1
14	3	39	20
15	0,31	40	1/8
16	НІ	41	3
17	4	42	14

№	Правильна відповідь	№	Правильна відповідь
18	4	43	1
19	3	44	800
20	Н	45	1/10
21	3 та 5	46	280
22	31	47	4 та 5
23	2	48	1
24	1	49	3
25	15 м	50	17

Чим вище оцінка, яку обстежуваний отримав за цим тестом, тим вище сьогодні рівень його інтелектуального розвитку, тим кращі його здібності до подальшого навчання та пізнавальної діяльності.

Аналіз результатів доцільно починати з визначення рівня загальних розумових здібностей. Для цього кількість правильно вирішених завдань (Іп) співвідноситься зі шкалою рівнів:

- 13 і менше – низький рівень загальних розумових здібностей;
- 14 – 18 – рівень загальних розумових здібностей нижче середнього;
- 19 – 24 – середній рівень загальних розумових здібностей;
- 25 – 29 – рівень загальних розумових здібностей вище середнього;
- 30 та більше – високий рівень загальних розумових здібностей.

Низький результат може бути недостатньо надійним унаслідок можливих помилок у дотриманні умов тестування й розумінні інструкції. Тому невисокий результат тестування за цією методикою жодним чином не може бути ознакою психологічної професійної непридатності до будь-якої спеціальності. Лише тестування за допомогою інших методів може дати достовірну інформацію про психологічні протипоказання до тих або інших професій.

Високий показник. Особи з високими рівнем розумових здібностей здатні передбачати подальші вчинки людей на основі аналізу реальних ситуацій, передбачати події, ґрунтуючись на розумінні почуттів, думок, намірів учасників комунікації. Вони вміють чітко вибудовувати стратегію власної поведінки для досягнення поставленої мети. Здатні аналізувати складні ситуації, розуміють логіку їх розвитку, відчують зміну сенсу ситуації в разі включення в комунікацію різних учасників. У цієї категорії людей добре розвинена здатність переходити від одного виду діяльності до іншого, вони можуть вільно справлятися як із виконавчими, так і з творчими видами діяльності.

Вище середнього. Особи, які за цією методикою мають показник вище середнього, спроможні прогнозувати наміри людей за допомогою логіки їх розвитку. Мають вироблені способи вирішення завдань і вміло їх використовують. Достатньо швидко орієнтуються в обсязі завдань і без особливих труднощів переходять від одного виду діяльності до іншого. У них також досить добре розвинені аналітичні й організаторські здібності.

Середній показник. Особи, які за цією методикою мають середні показники, здатні аналізувати складні ситуації, легко розуміють логіку їх

розвитку. Як правило, мають вироблені способи вирішення завдань. Ця категорія людей має достатній рівень розвитку логічного мислення, досить успішно робить правильні висновки, у них високо розвинена здатність до розуміння причино-наслідкових зв'язків, до пошуку закономірностей.

Нижче середнього. Особи, які за цією методикою мають показник розумових здібностей нижче середнього, не завжди добре орієнтуються у стратегіях поведінки, тому схильні до вчинення помилок і створення конфліктних ситуацій у колективі. Перехід від одного виду роботи до іншого часто викликає певні труднощі. Ця категорія людей інколи відчуває труднощі в аналізі й обробці розумової продукції.

Низький показник. Особи мають низькі результати, часто помиляються, потрапляють у конфлікти, а можливо, і в небезпечні ситуації тому, що неправильно уявляють собі результати своїх дій або вчинки інших. Погано орієнтуються в загальноприйнятих нормах і правилах поведінки. Ця категорія людей відчуває труднощі в аналізі ситуацій міжособистісної взаємодії і, як наслідок, погано адаптуються до різного роду взаємин між людьми. Як правило, таким особам складно змінювати вибраний спосіб роботи, не схильні змінювати хід своїх суджень, повільно переходять від одного виду діяльності до іншого. Їхні інтелектуальні здібності малорухливі, темп роботи уповільнений, якість розумової продукції невисока.

2.1.3 Опитувальник загальної компетентності (О. С. Штепа)

Цей опитувальник призначається для визначення різних складових загальної компетентності. Він містить 50 тверджень, з якими респондент може або погодитися, або ні. Опитувальник має 10 шкал: автономність, самоефективність, самоцінність, професіоналізм, самоменеджмент, індивідуальність, вміння працювати в команді, вміння переконувати, ефективне спілкування, вміння навчати. Крім того, розраховується загальний показник компетентності, який оцінюється за рівнями (високий, середній, низький).

Інструкція. Вам пропонується опис характеристик людини. Зазначте відповіддю “так” (+) або “ні” (–), які з цих характеристик вам властиві.

Бланк опитувальника

№	Твердження
1	Подобається робити речі, що дають відчуття особистого досягнення
2	У важливих рішеннях дотримується власних принципів
3	Краще працює, якщо мета завдання відповідає його цінностям
4	Краще виконує завдання, коли переконаний, що оточення поважає його здібності і досвід
5	Воліє працювати з людьми, з якими має схожі погляди на життєві цінності
6	Знає, що за будь-яких обставин зробить усе правильно
7	Подобається займатися справою, яка потребує повної віддачі
8	Коли починає справу, налаштований на успіх
9	Може покладатися на своє вміння знайти вихід із будь-якої ситуації
10	Часом пишається собою
11	Вважає себе людиною, якій нерідко щастить

№	Твердження
12	Діє так, аби події розгорталися сприятливим для нього чином
13	Поважає себе
14	Зазвичай вибирає таку стратегію поведінки, яка забезпечує максимальний результат
15	У цілому задоволений тим, якою людиною є
16	Уміє скласти власну думку щодо певної проблеми чи питання
17	Виконує власну роботу практично без помилок, а якщо вони і є, уміє самостійно їх виправити
18	Виконує завдання в заданий термін
19	Уміє визначати пріоритети
20	Уміє вибирати нові дієві шляхи розв'язання проблем
21	Результат виконаного ним завдання є творчим
22	Результат виконаного завдання сприймає корисним для себе
23	Сприймає завдання як таке, що має сенс
24	Уміє зробити завдання цікавим для себе
25	Результат виконаного ним завдання є перспективним
26	Швидко адаптується до нових умов
27	Швидко реагує на проблеми і при цьому зберігає спокій
28	Самостійно формулює і виконує завдання
29	Упевнений у собі
30	У роботі досягає конкретних результатів
31	Передає інформацію точно і швидко
32	У бесіді зауважує важливі думки і зосереджується на них
33	Уміє вислухати
34	Не потребує контролю
35	Уміє визначати потенціал колег і задіювати його у відповідних завданнях
36	У дискусіях дозволяє висловлюватись іншим і поважає їхню думку
37	Запитує думку інших під час обговорення важливих питань
38	Здійснює результативну бесіду телефоном
39	Уміє аргументовано пояснити власну позицію
40	Уміє робити компліменти
41	Сприймає конфлікт як засіб з'ясування точок зору
42	Не ототожнює конфлікт у взаєминах зі сваркою
43	Не вважає себе "істиною в останній інстанції"
44	Першим говорить про проблеми у стосунках
45	Уміє знаходити рішення, що знімає напруженість у взаєминах
46	Бере участь у професійному розвитку колег
47	Вважає важливим, аби хтось міг виконати його частину роботи
48	Прагне встановлювати зворотний зв'язок із колегами по роботі
49	Може давати реалістичні поради
50	Вважає себе добрим наставником

Обробка та інтерпретація результатів

Обчислити кількість відповідей "так" за кожною з десяти шкал опитувальника згідно з ключем (див. табл. 2.9).

Таблиця 2.9 – Ключ до опитувальника загальної компетентності

Шкали	Відповіді на твердження					Сума балів за шкалою
	1+	2+	3+	4+	5+	
1. Автономність	1+	2+	3+	4+	5+	
2. Самоефективність	6+	7+	8+	9+	10+	
3. Самоцінність	11+	12+	13+	14+	15+	
4. Професіоналізм	16+	17+	18+	19+	20+	
5. Самоменеджмент	21+	22+	23+	24+	25+	
6. Індивідуальність	26+	27+	28+	29+	30+	
7. Уміння працювати в команді	31+	32+	33+	34+	35+	
8. Уміння переконувати	36+	37+	38+	39+	40+	
9. Ефективне спілкування	41+	42+	43+	44+	45+	
10. Уміння навчати	46+	47+	48+	49+	50+	

Визначити загальну суму балів і відповідний рівень загальної компетентності:

45–50 балів – високий рівень загальної компетентності;

26–44 балів – середній рівень загальної компетентності;

0–25 балів – низький рівень загальної компетентності.

Таблиця 2.10 – Рівні за шкалами до опитувальника

	Автономність	Самоефективність	Самоцінність	Професіоналізм	Самоменеджмент	Індивідуальність	Уміння працювати в команді	Уміння переконувати	Ефективне спілкування	Уміння навчати	Рівень загальної компетентності
Високі	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	47–50
Середні	3–4	3–4	3–4	3–4	2–4	3–4	3–4	3–4	2–4	3–4	31–46
Низькі	0–2	0–2	0–2	0–2	0–1	0–2	0–2	0–2	0–1	0–2	0–30

2.2 Дослідження типологічних особливостей особистості військовослужбовця Національної гвардії України

Кожна особистість від народження має певні, характерні лише для неї психологічні властивості. Вони однаково виявляються в різній діяльності не залежно від її змісту і залишаються порівняно стабільними протягом усього життя. У своїх взаємозв'язках ці індивідуальні властивості утворюють типи темпераменту.

Темперамент – індивідуальні властивості психіки, що визначають динаміку психічної діяльності людини, особливості поведінки й міру рівноваженості реакцій на життєві впливи.

Характерні риси темпераменту такі.

1. Порівняно цілісна сталість індивідуально-психологічних властивостей особистості (швидкість сприйняття, швидкість розуму, швидкість переключення уваги, темп і ритм мови, прояв емоцій і вольових якостей та ін.).

2. Властивості темпераменту, об'єднані в певні структури (типи темпераменту), адекватні основним типам вищої нервової діяльності.

Темперамент є біологічним підґрунтям особистості, тобто засновується на властивостях нервової системи, пов'язаний із будовою тіла людини (її конституцією), з обміном речовин в організмі. І. Павлов розкрив закономірності вищої нервової діяльності, установив, що в основі темпераменту лежать ті самі причини, що і в основі індивідуальних особливостей умовно-рефлекторної діяльності людини, – властивості нервової системи. Вони є спадковими і надзвичайно погано піддаються зміні.

До основних властивостей нервової системи відносять такі.

1. Сила нервової системи, тобто сила процесів збудження і гальмування. Від цієї властивості залежить працездатність клітин кори головного мозку, їх витривалість.

2. Рухливість нервових процесів (швидкість зміни збудження гальмуванням і навпаки). За цією властивістю нервової системи в різних людей індивідуальні розбіжності виявляються особливо яскраво.

3. Урівноваженість нервової системи (ступінь відповідності сили збудження силі гальмування). У різних людей виявляється ця властивість також по-різному. Відомо, наприклад, що нерідко гальмівний процес за своєю силою відстає від процесу збудження.

Своєрідність комбінацій цих властивостей утворює специфічні типи вищої нервової діяльності. Найчастіше зустрічаються чотири типи. Крім того, існує до 16 проміжних форм як варіації основних типів.

Характеристики типів темпераменту:

1) сильний урівноважений, рухливий (сангвінічний темперамент) – у представників цього типу темпераменту психічні процеси характеризуються великою швидкістю перебігу (швидкою реакцією на подразники);

2) сильний неурівноважений (холеричний темперамент) – нервові процеси відрізняються підвищеною збудливістю і неурівноваженістю;

3) сильний, оптимально збудливий, урівноважений, повільний тип (флегматик) – психічні процеси характеризуються інертністю, повільним реагуванням на подразники;

4) слабкий тип ВНД (меланхолічний темперамент) – відрізняється високою емоційною чутливістю, підвищеною вразливістю.

Здібності. Як для темпераменту, так і для здібностей характерна висока стабільність. Звичайно, у формуванні здібностей велику роль відіграють задатки, система виховання, сенситивний вік (якщо цей вік правильно, доцільно використовувати для розвитку виявлених у дитячому віці спеціальних здібностей). Здібності виявляються в динаміці формування знань, умінь і навичок в умовах конкретної діяльності.

Основні ознаки здібностей визначив Б. Теплов:

- індивідуально-психологічні особливості, що відрізняють одну людину від іншої;
- індивідуальні особливості, котрі стосуються успішності виконання конкретної діяльності;
- здатність, яка не зводиться до психологічних утворень, тобто до знань, умінь і навичок.

Аналіз досліджень за цією тематикою довів, що кореляційних зв'язків між рівнями інтелектуальних здібностей і властивостями темпераменту не виявлено. Це означає, що серед індивідів із високим рівнем інтелектуальних здібностей можна зустріти як сангвініків, так і флегматиків, як холериків, так і меланхоліків або ж різні комбінації цих типів темпераменту.

Характер. Властивості й особливості темпераменту вказують на тісний взаємозв'язок темпераменту з іншими властивостями особистості, і насамперед із характером. Під характером розуміють сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості, що складається й виявляється в діяльності та спілкуванні, зумовлюючи типові для людини способи поведінки. Характер і темперамент залежать від фізіологічних особливостей особистості, від типів вищої нервової діяльності. Однак на відміну від темпераменту характер формується протягом усього життя людини.

У характері людини можуть виділятися окремі риси, що в єдності утворюють цілісну структуру особистості. Підставою для класифікації характеру може бути ставлення людини до навколишнього світу, інших людей, самої себе. За цією ознакою А. Петровський пропонує поділяти основні риси характеру на такі групи.

1. Риси характеру, що виявляються у ставленні людини до інших людей (родичів і близьких, товаришів по роботі й навчанню, знайомих і малознайомих та ін.): стійка і хитлива прихильність, принциповість і безпринципність, товариськість і замкнутість, чуйність і брутальність та ін.

2. Риси характеру, що виявляються у ставленні людини до самої себе: самолюбство, почуття гідності, самовідданість або невпевненість у своїх силах, егоцентризм та ін.

3. Риси характеру, що виявляються у ставленні людини до справи: сумлінність і ретельність, серйозність, ентузіазм, відповідальність за доручену справу, зацікавленість у результатах або – протилежні за значенням якості – несумлінність, безвідповідальність, пасивність та ін.

4. Риси характеру, що виявляються у ставленні людини до речей: акуратне і дбайливе ставлення до своїх речей, одягу, взуття, книг, узагалі до власності та ін.

Визначити структуру характеру означає виокремити в ньому провідні компоненти, без яких не можна уявити цілісності характеру.

У структурі характеру виокремлюють такі його компоненти: спрямованість, переконання, розумові риси, емоції, волю, темперамент, повноту, цілісність, визначеність, силу.

Спрямованість є провідною в структурі характеру особистості. Вона виявляється у вибіркового позитивному чи негативному оцінному ставленні людини до вчинків і діяльності людей і до самої себе.

Переконання – знання, ідеї, погляди, що є мотивами поведінки людини, стають рисами її характеру й визначають ставлення до дійсності, вчинки, поведінку. Переконання виявляються у принциповості, непідкупності та правдивості, вимогливості до себе. Людина з твердими переконаннями здатна докласти максимум зусиль для досягнення мети, у разі потреби віддати своє життя заради суспільних справ. Безпринципним людям, кар'єристам такі риси характеру не властиві.

Розумові риси характеру виявляються в розсудливості, спостережливості, поміркованості. Спостережливість і розсудливість сприяють швидкій орієнтації в обставинах. Нерозсудливі люди легко беруться за будь-яку справу, діють під впливом першого імпульсу. Розумова ж інертність, навпаки, виявляється в пасивності, байдужості, повільності у прийнятті рішень або в поверхневому підході до справ без урахування їх важливості.

Емоції стають підґрунтям таких рис характеру, як гарячкуватість, запальність, надмірна або вдавана співчутливість, усепощення або брутальність, грубість, байдужість, нечутливість до страждань інших, нездатність співпереживати. Моральні, естетичні, пізнавальні, практичні почуття завдяки мірі вираженості в них емоцій можуть виявлятися або в екзальтації, або у спокійному, поміркованому ставленні до явищ природи, мистецтва, вчинків людей.

Воля – стрижневий компонент сформованого характеру, зумовлює його силу, твердість. Сильна воля робить характер самостійним, стійким, непохитним, мужнім, здатним досягати поставленої мети. Навіть наявність досвіду не може змусити слабохарактерних людей виявляти рішучість і сміливість.

Виокремлюючи в характері його структурні компоненти, слід мати на увазі, що характер являє собою сукупність усіх його структурних компонентів. Кожний структурний компонент характеру – спрямованість, інтелект, емоції, воля, темперамент – інтегративно виявляється певною мірою в кожній рисі характеру, як і в характері загалом. Тому не можна говорити про світоглядні, інтелектуальні, емоційні, вольові риси характеру. Характер як своєрідне стійке, цілісне ставлення особистості до різних аспектів дійсності може бути стійким або нестійким, повним, цілісним, визначеним або невизначеним.

Повнота характеру – це всебічний розвиток його головних структурних компонентів: розумових, моральних, емоційно-вольових. Розсудливість учинків такої людини завжди узгоджена з емоційною врівноваженістю й самовладанням.

Особливо важливою в характері є його визначеність. Твердість і незалежність особистості в її прагненнях і переконаннях, у боротьбі за досягнення окреслених цілей свідчать про визначеність її характеру. Визначеність характеру в людини як суб'єкта діяльності позначається на

принциповості й сумлінності дій незалежно від важливості доручення. На людину з визначеним характером можна покладатися, доручаючи їй важливі справи: вона виконає доручення відповідно до його мети, змісту справи та способів виконання. Про людей із невизначеним характером важко сказати, добрі вони чи погані. Це люди безпринципні, без чітких позицій у політичному, трудовому житті, у побуті.

Сила характеру виявляється в енергійних діях, завзятті й активності в діяльності, боротьбі за доведення справи до кінця, незважаючи на жодні перешкоди. Такі люди не бояться труднощів, уміють їх долати. Це новатори в праці, ентузіасти, ініціатори.

Особливості типового характеру виявляються в позитивному або негативному ставленні до праці, інших людей, самих себе, до предметів і явищ дійсності.

Ставлення до праці становить одну з найістотніших рис характеру людини: виявляється повага до праці, працелюбність або ж, навпаки, зневага до праці та колег. У ставленні до праці важливі риси: акуратність, сумлінність, дисциплінованість, організованість.

Ставлення до інших людей виникає в міжособистісних контактах і зумовлюється суспільними умовами життя, які складаються історично й розкриваються в колективі. Воно виявляється залежно від обставин і характеру оцінювання вчинків і в позитивних, і в негативних рисах характеру. Позитивні риси характеру культурної людини такі: справедливість, дотримання слова, щедрість, доброзичливість, чесність, принциповість. Засадничі серед них: гуманістичні моральні якості людей, ідейні переконання, прогресивні прагнення.

До негативних рис характеру належать: відчуженість, замкнутість, заздрість, скупість, зневага до інших, хвалькуватість, гординя, схильність до безпідставного кепкування та глузування, причіпливість, схильність до пустопорожніх суперечок, заперечення істини, дріб'язковість, мізантропія. Негативні риси характеру дуже шкодять позитивному спілкуванню людей, їхнім прагненням до спільної боротьби з несправедливістю, спілкуванню в праці.

За своєю інтенсивністю типові риси характеру виявляються по-різному, індивідуально. У деяких людей окремі риси їхнього характеру виявляються настільки яскраво і своєрідно, що це робить їх оригінальними. Загостреність таких рис виявляється спонтанно, як тільки людина потрапляє в адекватні цим рисам умови. Такі умови провокують прояв загостреної реакції особистості. Крайню інтенсивність певних рис людини називають їх акцентуацією. Хоча акцентуація якихось рис особистості своєю загостреністю та своєрідністю прояву виходить за межі звичайного, їх не можна відносити до патологічних. Проте надмірно складні умови, які викликають акцентуацію рис особистості, частота їх повторення можуть спричинити невротичні, істеричні та інші патологічні реакції.

Акцентуації – поняття, введене К. Леонгардом, означає надмірний вияв окремих рис характеру та їх поєднання, що не виходять за межі загальноприйнятої норми. Загальна акцентуація рис характеру виявляється лише за певних умов.

За інших умов люди з такими рисами діють спокійно, без напруження. Акцентуація рис характеру виробляється за суспільних умов життя під впливом суспільної спрямованості інтересів, специфіки контактів у колективі, але за висновками досліджень провідними є своєрідні вроджені індивідуальні особливості, що і створюють підґрунтя для виникнення акцентуації за відповідних соціальних умов.

Для діагностики характерологічних властивостей особистості, як правило, використовуються різноманітні особистісні опитувальники, що дозволяють виявляти акцентуації характеру, вимірювати ступінь емоційно-особистісних розладів і спрогнозувати тенденцію змін характеру особистості, визначати показник відвертості й достовірності результатів тощо. Для вивчення характерологічних властивостей військовослужбовця підрозділів НГУ пропонуємо детальніше зупинитися на методиках “Самооцінка структури темпераменту” (Б. М. Смирнов), “Визначення типу акцентуації рис характеру і темпераменту” (Леонгарда, Х. Шмішека), “16-факторному опитувальнику” Р. Кеттелла.

2.2.1 Методика “Самооцінки структури темпераменту” (Б. М. Смирнов)

Для визначення особливостей темпераменту як провідну використовують методика Б. М. Смирнова. Крім того, дані за цією методикою частково перекриваються даними за методикою “Адаптивність” та опитувальником суїцидального ризику.

Опитувальник Б. М. Смирнова дозволяє виявити низку полярних властивостей темпераменту: екстраверсія - інтроверсія, емоційна збудливість - емоційна врівноваженість, темп реакцій (швидкий - повільний), активність (висока - низька). Він також має шкалу щирості випробовуваного у відповідях на запитання, що дозволяє оцінити надійність отриманих результатів. Одержані за допомогою опитувальника дані дозволяють визначити виразність рис темпераменту у претендентів.

Інструкція. Вам пропонується відповісти на 48 запитань. Відповідайте на кожне запитання “так” (+) або “ні” (–), ставте свою відповідь поряд із номером запитання. Відповідайте на всі запитання, нічого не пропускаючи. Відповіді мають бути щирими.

Текст опитувальника

1. Ви любляете часто бувати в товаристві?
2. Ви уникаєте мати речі, які ненадійні, неміцні, хоч і гарні?
3. На скільки часто у вас бувають підйом і спад настрою?
4. Під час бесіди ви дуже швидко говорите?

5. Вам подобається робота, яка потребує повного напруження сил і здібностей?
6. Чи трапляється вам передавати чутки?
7. Чи вважаєте ви себе людиною дуже веселою та життєрадісною?
8. Ви дуже звикаєте до певного одягу, його кольору та крою так, що неохоче міняєте його на що-небудь інше?
9. Чи часто ви відчуваєте потребу в людях, які вас розуміють, можуть підбадьорити або втішити?
10. У вас дуже швидкий почерк?
11. Чи шукаєте ви собі роботу, заняття, хоча можна було б і відпочити?
12. Чи трапляється, що ви не виконуєте своїх обіцянок?
13. У вас багато дуже хороших друзів?
14. Чи важко вам відірватися від справи, яка вас цілком захоплює, і переключитися на іншу?
15. Чи часто вас роздирає почуття провини?
16. Зазвичай ви ходите дуже швидко, незалежно від того, поспішаєте чи ні?
17. У школі ви докладали чимало зусиль для розв'язання складних задач доти, поки вони не були розв'язані?
18. Чи трапляється, що іноді ви розмірковуєте гірше, ніж звичайно?
19. Чи легко вам знайти спільну мову з незнайомими людьми?
20. Чи часто ви плануєте, як будете себе поводити під час зустрічі, бесіди і т. ін.?
21. Ви запальні, вас легко вразити натяками й жартами у ваш бік?
22. Під час бесіди ви звичайно швидко жестикулюєте?
23. Найчастіше ви прокидаєтеся вранці свіжим і відчуваєте, що добре відпочили?
24. Чи спадають вам такі думки, про які ви не хотіли б, аби знали інші?
25. Ви полюбляєте жартувати над іншими?
26. Чи схильні ви до того, щоб обґрунтовано перевірити свої думки, перш ніж повідомляти кому-небудь?
27. Чи часто вам сняться страхітливі сни?
28. Чи зазвичай ви легко запам'ятовуєте та засвоюєте новий навчальний матеріал?
29. Ви настільки активні, що вам важко навіть кілька годин бути без діла?
30. Чи бувало, що розізлившись, ви виходили із себе?
31. Вам нескладно розважити досить нудне товариство?
32. Ви досить довго роздумуєте, приймаючи якесь, навіть не дуже важливе, рішення?
33. Вам говорили, що ви берете все близько до серця?
34. Вам подобається грати в ігри, які потребують швидкості і хорошої реакції?
35. Якщо у вас щось довго не виходить, то звичайно ви все-таки намагаєтесь це зробити?
36. Чи виникало у вас, хоча б короткочасно, почуття роздратування стосовно ваших батьків?

37. Чи вважаєте ви себе відкритою й товариською людиною?
 38. Зазвичай вам складно взятися за нову справу?
 39. Чи турбує вас почуття, що ви чимось гірше за інших?
 40. Звичайно вам важко щось робити з повільними й неквапливими людьми?
 41. Чи можете ви протягом дня довго і продуктивно чимось займатися, не відчуваючи втоми?
 42. Чи є у вас звички, яких варто було б позбутися?
 43. Чи вважають вас іноді безтурботною людиною?
 44. Чи вважаєте ви когось добрим другом тільки через те, що його симпатія до вас надійна і перевірена?
 45. Вас можна швидко розсердити?
 46. Під час дискусії звичайно ви знаходите слушну відповідь?
 47. Чи можете ви змусити себе довго і продуктивно, не відволікаючись, займатися якоюсь справою?
 48. Чи трапляється, що ви говорите про речі, в яких зовсім не розумієтеся?

Обробка та інтерпретація результатів

Результати випробовуваного порівнюються з ключем (табл. 2.11) і підраховуються бали за кожною шкалою з урахуванням коефіцієнтів. Однак насамперед установлюється щирість відповідей на запитання за такою шкалою: висока – 13–20 балів; середня – 8–12 балів; низька – 0–7 балів (відповіді ненадійні).

Таблиця 2.11 – Ключі і коефіцієнти до методики “Самооцінка структури темпераменту”

Властивості темпераменту	Відповіді “Так”	Коефіцієнт	Відповіді “Так”	Коефіцієнт
Екстраверсія	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37	3	2	1
	4, 43	2		
Ригідність	8, 26, 32	3	37	2
	2, 14, 20, 38, 44	2		
Емоційна збудливість	15, 21, 33, 39, 45	3		
	3, 9	2		
	27	1		
Темп реакцій	4, 16, 28	3		
	10, 22, 34, 40, 46	2		
	17, 29, 37	1		
Активність	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47	3	38	1
	10	1		
Шкала щирості	30, 36, 42, 48	3	23	1
	6, 12	2		
	18, 25, 24	1		

У наведеній методиці передбачена градація балів за шкалами (табл. 2.12).

Таблиця 2.12 – Середня оцінка і зона виразності властивостей темпераменту

Екстраверсія	Ригідність	Емоційна збудливість	Темп реакцій	Активність
22–26 висока екстраверсія	16–23 висока ригідність	18–20 висока емоційна збудливість	20–22 дуже швидкий	24–26 висока
14–21 середня екстраверсія	9–15 середня ригідність	10–17 середня емоційна збудливість	11–19 швидкий	17–23 вище середньої
7–13 середня інтроверсія	3–8 середня пластичність	4–9 середня емоційна врівноваженість	5–10 повільний	9–16 нижче середньої
0–6 висока інтроверсія	0–2 висока пластичність	0–3 висока емоційна врівноваженість	0–4 дуже повільний	0–8 низька

Екстраверсія-інтроверсія

0–6 балів = Висока інтроверсія

Спокійний, сором'язливий, занурений у свої переживання, відділений від усіх, крім близьких людей. Планує свої дії заздалегідь, полюбляє в усьому порядок і тримає свої почуття під суворим контролем. Більше схильний спілкуватися з близькими, домашній, вірний своїм прихильностям, сумирний і слухняний, утримується від галасливих компаній і нестійких партнерів. Терпимий і лояльний до чужих поглядів. Зовні – повільний, нерішучий, але це може бути обманом, оскільки не говорить про його внутрішній світ.

7–14 балів = Середня інтроверсія

Спокійний, сором'язливий, занурений у свої переживання, відділений від усіх, крім близьких людей. Планує свої дії заздалегідь, полюбляє в усьому порядок і тримає свої почуття під контролем. Схильний спілкуватися з близькими, вірний своїм прихильностям, сумирний і слухняний, утримується від галасливих компаній і нестійких партнерів. Терпимий і лояльний до чужих поглядів.

14–21 балів = Середня екстраверсія

Комунікабельний, має багато друзів. Не любить довго читати й займатися систематичним навчанням. Імпульсивний, безтурботний і веселий, оптимістичний. У житті віддає перевагу діям і руху. Буває запальним. Емоції і почуття не завжди контролюються. Позитивні риси: енергійність, ініціативність, ентузіазм, у реалізації своїх задумів жвавий і пробивний, діяльний. Добрий організатор, цілеспрямований. З оточенням життєрадісний.

22–26 балів = Висока екстраверсія

Комунікабельний, має багато друзів. Не любить довго читати й займатися систематичним навчанням. Характерне прагнення до різного роду збуджень (як позитивних, так і негативних), схильний до ризику і пригод, діє під впливом моменту, імпульсивний, безтурботний і веселий, оптимістичний. У житті віддає

перевагу діям і руху. Буває запальним. Емоції і почуття не завжди контролюються. Позитивні риси: енергійність, ініціативність, ентузіазм, прагнення до розкриття нових сторін життя, у реалізації своїх задумів жвавий і пробивний, діяльний. Добрий організатор, цілеспрямований і заповзятливий.

Ригідність-пластичність

0–2 балів = Висока пластичність

Пластичність – одна з властивостей нервової системи, що характеризує швидкість виникнення і припинення нервових процесів. Пластичність є показником легкості і швидкості пристосування людини до зовнішніх впливів.

3–8 балів = Середня пластичність

Пластичність як одна із властивостей психіки особистості впливає на швидкість виникнення і припинення нервових процесів. Характерним є менш легке і швидке пристосування до зовнішніх впливів.

9–15 балів = Середня ригідність

Ригідність – ознака млявості, стереотипності реагування, виникнення істотних складностей за необхідності змінювати звички або судження, умови життя і діяльності.

16–23 балів = Висока ригідність

Ригідність – складність або нездатність перебудуватися, якщо цього потребують обставини. Виявляється таким чином: 1) млявість афективних (емоційних) відгуків на об'єкти емоцій, що змінюються; 2) складність перебудови системи мотивів в обставинах, які вимагають від суб'єкта гнучкості і зміни характеру поведінки; 3) труднощі в перебудові сприйняття та уявлень у ситуації, що змінилася.

Емоційна збудливість – урівноваженість

0–3 балів = Висока емоційна врівноваженість

Стриманий, терплячий, небагатослівний, мудрий, урівноважений. Рівний у спілкуванні, стриманий від гніву і незворушний у ситуації стресу. Терпимий до знегод, помірний у своїх потребах. Це психологічно стійка особистість, яка добре адаптується до соціального середовища.

4–9 балів = Середня емоційна врівноваженість

Стриманий, небагатослівний, урівноважений. Рівний у спілкуванні, стриманий від гніву і незворушний у ситуації стресу. Терпимий до знегод, помірний у своїх потребах.

10–17 балів = Середня емоційна збудливість

Чуттєвий, уразливий, делікатний, сприйнятливий до негативних сигналів іззовні, сором'язливий. Бере все близько до серця, невпевнений у собі й боязкий. Можуть виявлятися закомплексованість, полохливість, невпевненість у собі.

18–20 балів = Висока емоційна збудливість

Емоційно нестійкий, схильний до всіляких психологічних відхилень, які призводять до неуврівноваженості. Чуттєвий, вразливий. Емоційно тонко відчуває світ, делікатний, сприйнятливий до негативних сигналів іззовні,

сором'язливий. Бере все близько до серця, невпевнений у собі і боязкий. Можуть виявлятися закомплексованість, полохливість, невпевненість у собі.

Темп реакції

0–4 балів = Дуже повільний темп реакцій

Дуже повільні перебіг і зміни психічних процесів.

5–10 балів = Повільний темп реакцій

Повільні перебіг і зміни психічних процесів.

11–19 балів = Швидкий темп реакцій

Швидкий темп перебігу і зміни психічних процесів.

20–22 балів = Дуже швидкий темп реакцій

Дуже швидкий темп перебігу і зміни психічних процесів.

Активність

0–8 балів = Низький рівень активності

Протилежний полюс активності виявляється у швидкому пасуванні перед труднощами, прагненні уникати будь-яких зусиль, небажанні прийняти відповідальність за те, що відбувається, на себе.

9–16 балів = Активність нижче середнього

Пасування перед труднощами, прагнення уникати зусиль, небажання брати відповідальність за те, що відбувається, на себе.

17–23 балів = Активність вище середнього

Ступінь енергійності, напору, з яким людина прагне впливати на навколишній світ, підкорити його собі, перетворити, долати окремі перешкоди, є вищим за середній.

24–26 балів = Висока активність

Високий ступінь енергійності, наполегливість, з якою людина прагне впливати на навколишній світ, підкорити його собі, перетворити, долати окремі перешкоди.

2.2.2 Методика визначення особливостей акцентуації (К. Леонгард–Х. Шмішек)

Визначення особливостей акцентуацій характеру в запропонованій системі професійно-психологічного відбору проводиться за допомогою опитувальника К. Леонгарда–Х. Шмішека. Додаткову інформацію дають також дані за методикою “Адаптивність”.

Методика визначення типу акцентуації рис характеру й темпераменту призначена для діагностики типу акцентуації особистості. В основу опитувальника, розробленого Х. Шмішеком, покладено концепцію акцентуованої особистості К. Леонгарда. Згідно з цією концепцією індивідуальні якості особистості поділяються на дві групи: основну й додаткову. Стрижень особистості становлять основні риси, які й визначають її індивідуальність, розвиток, адаптацію, психічне здоров'я.

Надмірна вираженість цих рис призводить до структурних психологічних змін, а в несприятливих соціальних умовах – і до розладу структури особистості.

Особистості, у яких основні риси мають високий ступінь вираженості, названі К. Леонгардом акцентуйованими. Акцентуйовані особистості не є патологічними. “За іншого тлумачення, – вважає К. Леонгард, – ми б змушені були дійти висновку, що нормальною слід вважати тільки середню людину, а будь-яке відхилення від такої середини (середньої норми) має бути визнане патологією. Це змусило б нас вивести за межі норми тих особистостей, які своєю своєрідністю чітко виділяються на тлі середнього рівня. Однак при цьому в цю рубрику потрапила б і та категорія людей, про яких говорять “особистість” у позитивному сенсі, підкреслюючи, що вони мають яскраво виражений оригінальний психічний склад”.

На основі своєї концепції К. Леонгард виділив 10 основних типів акцентуйованих осіб, які в основному відповідають систематиці психопатій у граничній психіатрії.

Демонстративний тип. Головною особливістю демонстративної особистості є потреба в самовираженні, постійне прагнення справляти враження, привертати до себе інтерес, бути в центрі загальної уваги. До елементів поведінки особистості цього типу належать: самовихваляння, розповіді про себе або про події, в яких ця особистість відігравала провідну роль. Значна частка цих розповідей насправді є або фантазуванням, або істотно прикрашеним викладом подій.

Педантичний тип. Яскраво вираженими зовнішніми проявами людей цього типу особистості є підвищена акуратність, потяг до порядку, нерішучість і обережність. Перш ніж що-небудь зробити, ці люди довго й ретельно все обмірковують. Очевидно, за зовнішньою педантичністю криється небажання і нездатність до швидких змін, до прийняття відповідальності. Ці люди без потреби не змінюють місця роботи, а якщо це необхідно, то вони важко йдуть на майбутні зміни. Вони прив'язані до виробництва, звичної роботи. У побуті для них характерна сумлінність.

Застрагаючий тип. Цей тип особистості характеризується високою стійкістю афекту, тривалістю емоційних переживань. Образа особистих інтересів і гідності, як правило, довго не забувається і ніколи легко не вибачається. У зв'язку з цим оточення часто характеризує таких людей як злопам'ятних і мстивих. Для цього є підстави: переживання афекту часто поєднується в них із фантазуванням, виношуванням плану відповіді кривднику, помсти йому.

Збудливий тип. Особливістю людей цього типу особистості є надзвичайно виражена імпульсивність поведінки. Манера їх спілкування і взаємодії з людьми значною мірою залежить не від логіки, не від раціонального оцінювання інших людей і своїх вчинків, дій, а зумовлена імпульсом, потягом, інстинктом або неконтрольованими мотивами. У сфері соціальної взаємодії для

них характерна вкрай низька терпимість, що часто може характеризуватись як відсутність терпимості взагалі.

Гіпертимічний тип. Головною вираженою особливістю людей цього типу особистості є постійне перебування в піднесеному емоційному настрої, навіть незважаючи на відсутність для цього будь-яких зовнішніх приводів. Піднесений настрої поєднується в них із високою активністю, жагою діяльності. Їм властиві товариськість, підвищена балакучість. На життя такі люди дивляться завжди оптимістично, не втрачаючи оптимізму й у разі виникнення труднощів і життєвих перешкод. Часто вони долають труднощі без особливих зусиль завдяки органічно властивій їм активності та діяльній спрямованості.

Дістимічний тип. Дістимічна особистість є протилежністю гіпертимічній. Дістиміки зазвичай сконцентровані на похмурих, сумних сторонах життя і на негативних його результатах. Це виявляється в усьому: поведінці, спілкуванні, в особливостях сприйняття життя, окремих його подій та інших людей. Зазвичай ці люди за своєю натурою серйозні. Активність, а тим більше гіперактивність, їм зовсім не властива.

Тривожний тип. Головною особливістю цього типу особистості є підвищена тривожність, занепокоєння з приводу можливих невдач, негативно виявляється вболівання за власну долю і долю своїх близьких. При цьому об'єктивних приводів до такого занепокоєння може й не бути або вони незначні. Люди цього типу відрізняються боязкістю, іноді з проявом покори обставинам. Постійна настороженість перед зовнішніми обставинами поєднується в них із невпевненістю в своїх силах.

Циклотимічний тип. Вираженою особливістю людей цього типу особистості є постійна зміна гіпертимічних і дістимічних станів. При цьому такі зміни є не тільки частими, але й не випадковими. У гіпертимічній фазі поведінка цих людей типова: радісні події викликають не тільки позитивні емоції, а й жагу діяльності, підвищену активність, балакучість. Сумні події викликають у цих людей не тільки смуток, але й пригніченість. У такому стані для них характерні уповільнення реакцій, переживань і мислення, уповільнення і зниження емоційної чутливості, здатності до співпереживання та співчуття.

Екзальтований тип. Головною особливістю особистості є яскрава екзальтована реакція. Люди цього типу легко приходять у бурхливе захоплення від радісних подій і в найглибший відчай від сумних. Їм властива крайня вразливість із приводу як позитивних, так і сумних подій і фактів. При цьому внутрішня вразливість і переживання поєднуються з яскравим зовнішнім проявом.

Емотивний тип. Найважливішою особливістю емотивної особистості є висока чутливість і глибина переживань у сфері тонких емоцій, що породжуються в духовному житті людини. Людям цього типу властиві м'якосердя, доброта, задушевність, емоційна чутливість, високо розвинена емпатія. Усі ці особливості, як правило, добре видно, вони постійно виявляються в зовнішніх реакціях і в різних ситуаціях. Характерною

особливістю цього типу особистості є підвищена сльозливість (очі на мокрому місці). Якщо екзальтований тип особистості характеризується як бурхливий, поривчастий, збуджений, то цей тип – як чутливий і вразливий.

Особистісний опитувальник Х. Шмішека включає перелік запитань, звернених до різних установок і особливостей ставлення людини до світу, інших людей, до самої себе. За інструкцією випробовуваний повинен висловити свою думку з кожного питання відповідями “так” або “ні”. Під час обробки результатів опитувальника відповіді випробовуваного відповідно до ключа розносять за десятьма типами особистості. Ці результати являють собою “сирі” бали. Для кожного з десяти типів особистості, крім того, розроблено коефіцієнти. В остаточному вигляді “сирі” бали перетворюються на підсумкові показники за допомогою їх множення на відповідні коефіцієнти. Критичне значення підсумкового показника, що дозволяє характеризувати випробовуваного як акцентуйовану особистість певного типу, лежить у межах вище 14 балів (максимальне значення, яке може бути отримане щодо кожного типу особистості, дорівнює 24 балам).

Використовуючи цей опитувальник, слід ураховувати, що він не має шкали брехні. Тому під час процедури тестування потрібно створювати атмосферу доброзичливості і серйозного настрою на роботу.

Інструкція. Вам запропоновано твердження щодо вашого характеру. Якщо згодні з твердженням, ставте знак “+” (так), якщо ні, то знак “–”. Над відповідями довго не задумуйтеся, правильних або неправильних відповідей нема.

Текст опитувальника

1. У вас переважно веселий і безтурботний настрій?
2. Ви чутливі до образ?
3. Чи буває так, що в кіно, театрі, під час бесіди тощо у вас на очі навертаються сльози?
4. Зробивши щось, ви вагаєтеся, чи все зроблено правильно, і не заспокоюєтеся доти, поки не переконаєтеся ще раз у тому, що все зроблено правильно?
5. У дитинстві ви були таким самим сміливим, як і однолітки?
6. Чи часто у вас різко змінюється настрій – від безпричинної радості до відрази до життя, до себе?
7. Чи зазвичай у товаристві перебуваєте в центрі уваги?
8. Чи буваєте безпричинно в поганому настрої так, що з вами краще не розмовляти?
9. Чи серйозна ви людина?
10. Чи здатні ви захоплюватися, замислюватися над чимось?
11. Чи завзяті ви?
12. Чи швидко забуваєте образ?
13. Чи м'якосерді ви?
14. Коли ви опускаєте листа в поштову скриньку, чи проводите по отвору скриньки рукою, аби пересвідчитися, що лист упав у скриньку?

15. Чи завжди прагнете бути серед найкращих працівників?
16. Чи бувало вам страшно в дитинстві під час грози або зустрічі з незнайомим собакою (а, можливо, таке почуття буває й тепер, у зрілому віці)?
17. Чи прагнете всюди й у всьому підтримувати порядок?
18. Чи залежить ваш настрій від зовнішніх обставин?
19. Чи люблять вас знайомі?
20. Чи часто перебуваєте під впливом почуття внутрішнього неспокою, передчуття можливої біди, неприємностей?
21. Чи часто у вас виникає пригнічений настрій?
22. Чи була у вас хоча б раз істерика або нервовий зрив?
23. Чи важко вам довго всидіти на одному місці?
24. Якщо стосовно вас повелися несправедливо, чи відстоюватимете свої інтереси?
25. Чи можете зарізати курку або вівцю?
26. Чи дратує вас, коли вдома штора чи скатертина висять нерівно? Ви відразу ж поправляєте їх?
27. Чи боялися в дитинстві залишатися самі вдома?
28. Чи часто у вас без причини змінюється настрій?
29. Чи завжди прагнули бути сильним фахівцем у своїй професії?
30. Чи швидко починаєте сердитись і гніватися?
31. Чи можете бути цілком безтурботно веселим?
32. Чи буває так, що почуття повного щастя просто проймає вас?
33. Як ви вважаєте, чи вийшов би з вас ведучий гумористичної вистави?
34. Чи зазвичай ви викладаєте свою думку людям досить відверто і прямо, без натяків?
35. Чи важко вам переносити вигляд крові? Чи не викликає це у вас неприємних почуттів?
36. Чи любите ви роботу з високою особистою відповідальністю?
37. Чи схильні стати на захист людей, щодо яких чинять несправедливість?
38. Чи страшно, складно вам спускатися до темного підвалу?
39. Чи віддаєте перевагу такій роботі, яка потребує швидкості, а вимоги до якості невисокі?
40. Чи товариська ви людина?
41. Чи охоче декламували вірші у школі?
42. Чи втікали в дитинстві з дому?
43. Чи здається вам життя важким?
44. Чи траплялося так, що після конфлікту, образи ви були настільки вражені, що йти на роботу для вас було просто нестерпно?
45. Чи можна сказати, що в складних ситуаціях ви не втрачаєте почуття гумору?
46. Чи зробили б перші кроки до примирення, коли б вас хтось образив?
47. Ви дуже любите тварин?
48. Чи повертаєтеся ви, аби впевнитися, що залишили домівку або робоче місце в безпечному стані?

49. Чи з'являється у вас іноді неясна думка, що з вами або з вашими близькими може скоїтися щось страшне?
50. Чи вважаєте свій настрій дуже мінливим?
51. Чи важко вам доповідати (виступати) на сцені перед великою кількістю людей?
52. Чи можете вдарити свого кривдника?
53. Чи дуже ви прагнете спілкування з іншими людьми?
54. Чи належите ви до людей, які впадають у глибокий відчай за найменших розчарувань?
55. Чи подобається вам робота, яка потребує енергійної організаторської діяльності?
56. Чи наполегливо ви йдете до мети, якщо на шляху до неї доводиться долати безліч перешкод?
57. Чи може трагічний фільм зворушити вас так, що на очах виступають сльози?
58. Чи часто вам буває важко заснути через те, що проблеми прожитого дня чи думки про майбутнє не залишають вас уночі?
59. У школі іноді ви підказували своїм товаришам або давали списувати?
60. Чи потрібне вам велике напруження волі, щоб наодинці перейти через кладовище?
61. Чи стежите ви за тим, аби кожна річ у вашому домі завжди була на одному й тому самому місці?
62. Чи буває так, що перед сном ви в доброму гуморі, а наступного дня прокидаєтеся пригніченим?
63. Чи легко звикаєте до нових обставин?
64. Чи буває у вас головний біль?
65. Чи часто ви смієтеся?
66. Чи можете бути ввічливими навіть із тим, кого явно не цінуєте, не любите, не поважаєте?
67. Чи рухлива ви людина?
68. Чи важко ви переживаєте несправедливість?
69. Чи настільки ви любите природу, що можете назвати її другом?
70. Виходячи з дому або лягаючи спати, перевіряєте, чи закрили газ, погасили світло, зачинили двері?
71. Ви дуже боязкі?
72. Чи змінюється ваш настрій під впливом алкоголю?
73. У своїй молодості ви із задоволенням брали участь у художній самодіяльності?
74. Ви оцінюєте життя дещо песимістично, без передчуття радощів?
75. Чи часто у вас виникає потяг подорожувати?
76. Чи може ваш настрій змінитися так різко, що радісний стан раптом перетвориться на похмурий і пригнічений?
77. Чи легко вам вдається підняти настрій друзів?
78. Чи довго переживаєте образу?

79. Чи довго переживаєте горе інших людей?

80. Чи часто школярем ви переписували сторінку в зошиті, якщо випадково її псували?

81. Ви ставитеся до людей швидше з недовірою та пересторогою, ніж доброзичливо?

82. Чи часто бачите страхітливі сни?

83. Чи буває так, що остерігаєтеся того, що кинетеся під потяг або, стоячи біля вікна багатоповерхового будинку, раптово випадете?

84. Чи зазвичай ви веселі у веселому товаристві?

85. Чи здатні відволікатися від складних проблем, які потребують розв'язання?

86. Чи стаєте ви менш стриманим і почуваєтеся вільніше, коли вживаєте алкоголь?

87. У розмові ви скупі на слова?

88. Чи могли б ви, граючи на сцені, увійти в роль так, аби забути, що це тільки гра?

Обробка та інтерпретація результатів

Підраховуючи бали за кожною шкалою опитувальника для стандартизації результатів, значення кожної шкали множать на певне число. Це вказано в ключі до методики. Акцентуйовані особи не є патологічними. Вони характеризуються проявом і виокремленням яскравих рис характеру.

1. Гіпертимічні – помножити значення шкали на 3:

(+) 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77;

(–) нема.

2. Застрягаючі – помножити на 2:

(+) 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81;

(–) 12, 46, 59.

3. Емотивні – помножити на 3:

(+) 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79;

(–) 25.

4. Педантичні – помножити на 2:

(+) 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83;

(–) 36.

5. Тривожні – помножити на 3:

(+) 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82;

(–) 5.

6. Циклотимічні – помножити на 3;

(+) 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84;

(–) нема.

7. Демонстративні – помножити на 2:

(+) 7, 19, 22, 29, 41, 63, 66, 73, 85, 88;

(–) 51.

8. Неврівноважені – помножити на 3:

(+) 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86;

(–) нема.

9. Дистимічні – помножити на 3:

(+) 9, 21, 43, 75, 87;

(–) нема (3, 53, 65).

10. Екзальтовані – помножити на 6:

(+) 10, 32, 54, 76;

(–) нема.

Необхідно підрахувати кількість відповідей (+) на одні запитання і кількість відповідей (–) – на інші, потім суму помножити на відповідний коефіцієнт. Максимальний показник за кожним видом акцентуації дорівнює 24 балам.

Рівні вираженості типів акцентуацій:

1–8 балів – відсутність вираженості;

8–12 балів – середнє значення;

12–24 бали –яскраво виражена акцентуація.

2.2.3 16-факторний опитувальник (Р. Б. Кеттелл)

Аби отримати можливість прогнозувати поведінку людини в широкому класі можливих ситуацій, психологи прагнуть виміряти базисні, або універсальні риси. Ці риси відносять, як правило, до найзагальніших структурно-динамічних характеристик стилю діяльності.

Перша спроба виділення рис і конструювання з них системи особистості була зроблена співробітниками Іллінойського університету під керівництвом Р. Б. Кеттелла у процесі розроблення групи багатфакторних особистісних опитувальників. Прагнучи добитися систематичної класифікації рис особистості, Кеттелл зробив новаторське застосування методу факторного аналізу до розробки особистісних опитувальників. Характерною особливістю його підходу є ставлення до факторного аналізу не як до способу скорочення розмірності даних, а як до методу виявлення базисних, причинних рис особистості.

Для того, щоб отримати вичерпні відомості про особливості поведінки, Р. Кеттелл проаналізував усі назви рис особистості, що містив словник, складений Г. Олпортом і Х. Одбертом (1936 р.). Таких слів виявилось 4,5 тисячі. Цей перелік Р. Кеттелл звів до 171 синонімічної групи, позначивши кожен одним словом, яке найточніше відображає головний зміст відповідної риси. Потім вибірку зі 100 дорослих людей експерти (близькі знайомі) оцінювали за кожною змінною зі 171. Потім список змінних скоротився до 36 назв завдяки вибору експертами найбільш значущих рис. Додавши до них 10 термінів, узятих у інших дослідників, Р. Кеттелл за скороченим списком отримав оцінки поведінки ще 208 осіб. Факторний аналіз цих оцінок привів його до створення того, що було названо першоджерелом рис особистості. На його основі був розроблений опитувальник 16 PF, що складається з великої кількості пунктів, які стосуються життєвих ситуацій. На кожний пункт слід дати один із трьох варіантів відповіді: “так”, “ні”, “не знаю”. Опитувальник

призначений для осіб у віці 16 років і старше.

За допомогою цього опитувальника можна оцінити кожного випробовуваного за 16 факторами. Кожен із факторів позначається літерами латинського алфавіту і має побутову й технічну назви. Як побутові, так і технічні назви факторів даються в біполярній формі і супроводжуються списком найбільш значущих поведінкових проявів. Крім того, для кожного фактора наводиться його інтерпретація (табл. 2.13).

Опис кожного фактора складається з кількох частин:

- позначення фактора літерою;
- оцінка полюсів у балах;
- популярна (побутова) назва фактора;
- комплекс найяскравіших рис особистості, що характеризують фактор.

Таблиця 2.13 – Порівняльний опис властивостей особистості

<i>Фактор А: замкнутість - товариськість</i>	
Низькі оцінки (0–6 балів)	Високі оцінки (7–12 балів)
А– Потайливість, відособленість, відчуженість, недовірливість, нетовариськість, замкнутість, критичність, схильність до об'єктивності, ригідності, до зайвої суворості в оцінці людей. Труднощі в установленні міжособистісних, безпосередніх контактів	А+ Товариськість, відкритість, природність, невимушеність, готовність до співпраці, пристосованість, уважність до людей, готовність до спільної роботи, активність в усуненні конфліктів у групі, готовність підкорятися. Легкість у встановленні міжособистісних, безпосередніх контактів
<i>Фактор В: інтелект</i>	
Низькі оцінки (0–3 бали)	Високі оцінки (4–8 балів)
В– Конкретність і певна ригідність мислення, труднощі у вирішенні абстрактних завдань, знижена оперативність мислення, недостатній рівень загальної вербальної культури	В+ Розвинуте абстрактне мислення, оперативність, кмітливість, здатність швидко навчатися. Досить високий рівень загальної культури, особливо вербальної
<i>Фактор С: емоційна нестабільність - емоційна стабільність</i>	
Низькі оцінки (0–6 балів)	Високі оцінки (7–12 балів)
С– Емоційна нестійкість, імпульсивність. Людина перебуває під впливом почуттів, мінлива у настроях, легко засмучується, нестійка в інтересах. Низька толерантність щодо фрустрації, дратівливість, утомлюваність	С+ Емоційна стійкість, витриманість; людина емоційно зріла, спокійна, стійка в інтересах, працездатна, може бути ригідною, орієнтована на реальність
<i>Фактор Е: підпорядкованість - домінантність</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
Е– Характерні м'якість, поступливість, тактовність, лагідність, люб'язність, залежність, покірливість, послужливість, шанобливість, сором'язливість, готовність брати на себе провину, скромність, експресивність. Людина схильна легко губити рівновагу	Е+ Самостійність, незалежність, наполегливість, упертість, свавільство, іноді конфліктність, агресивність, відмова від визнання зовнішньої влади, схильність до авторитарної поведінки, жага захоплення, бунтарство

Продовження табл. 2.13

<i>Фактор F: стриманість - експресивність</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
F– Розсудливість, обережність, розважливність у виборі партнера по спілкуванню. Схильність до заклопотаності, турботи про майбутнє. Песимістичність у сприйнятті дійсності, стриманість у прояві емоцій	F+ Життєрадісність, імпульсивність, захопленість, безпечність, нерозважливність у виборі партнера по спілкуванню, соціальні контакти є емоційно значущими. Експресивність, експансивність, емоційна яскравість у взаєминах між людьми. Динамічність у спілкуванні, що передбачає лідерство в групах
<i>Фактор G: низька нормативність поведінки – висока нормативність поведінки</i>	
Низькі оцінки (0–6 балів)	Високі оцінки (7–12 балів)
G– Схильність до мінливості, впливу почуттів, випадків та обставин. Потурає своїм бажанням, не докладає зусиль до виконання групових вимог і норм. Неорганізованість, безвідповідальність, імпульсивність, відсутність згоди із загальноприйнятими моральними правилами та стандартами, гнучкість щодо соціальних норм, свобода від їх впливу, іноді безпринципність і схильність до асоціальної поведінки	G+ Сумлінність, відповідальність, стабільність, урівноваженість, наполегливість, схильність до моралізування, розумність. Розвинуте почуття обов'язку й відповідальності, усвідомлене дотримання загальноприйнятих моральних правил і норм, наполегливість у досягненні мети, ділова спрямованість
<i>Фактор H: боязкість - сміливість</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
H– Сором'язливість, емоційна стриманість, боязкість, обережність, соціальна пасивність, делікатність, уважність до інших, підвищена чутливість до загрози. Віддається перевага індивідуальному стилю діяльності та спілкуванню в малій групі (2–3 особи)	H+ Сміливість, заповзятливість, активність. Людина має емоційні інтереси. Готовність до ризику і співробітництва з незнайомими людьми в незнайомих обставинах, здатність приймати самостійні, неординарні рішення, схильність до авантюризму і прояву лідерських якостей
<i>Фактор I: жорсткість - чутливість</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів для чоловіків, 0–6 балів для жінок)	Високі оцінки (6–12 балів для чоловіків, 7–12 балів для жінок)
I– Несентиментальність, самовпевненість, суворість, розсудливість, гнучкість у судженнях, практичність, іноді певна жорсткість і черствість у ставленні до оточення, раціональність, логічність	I+ Чутливість, уразливість, багатство емоційних переживань, схильність до романтизму, художнє сприйняття світу, розвинені естетичні інтереси, артистичність, жіночність, схильність до емпатії, співчуття, співпереживання та розуміння інших, емоційність

Продовження табл. 2.13

<i>Фактор L: довірливість - підозрлість</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
L– Відкритість, терпимість, слухняність. Свобода від заздрості, поступливість. Можливе відчуття власної незначущості	L+ Обережність, егоцентричність, настороженість у ставленні до людей. Схильність до ревнощів, прагнення покласти відповідальність за помилки на оточення, драгівливість. Іноді автономність, самостійність і незалежність у соціальній поведінці
<i>Фактор M: практичність - мрійливість</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
M– Висока швидкість вирішення практичних завдань, прозаїчність, орієнтація на зовнішню реальність, розвинена конкретна уява, практичність, реалістичність	M+ Людина поглинута своїми ідеями, внутрішніми ілюзіями (витає у хмарах). Характерна побутова уява. Легкість відмови від практичних суджень, уміння оперувати абстрактними поняттями, орієнтованість на свій внутрішній світ, мрійливість
<i>Фактор N: прямолінійність - дипломатичність</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
N– Відвертість, простота, наївність, прямолінійність, нетактовність, природність, безпосередність, емоційність, недисциплінованість, невміння аналізувати мотиви партнера. Відсутність проникливості, простота смаків. Задовольняється наявним	N+ Характерна вишуканість, уміння вести себе в товаристві. У спілкуванні дипломатична, прониклива, обережна, хитра, іноді ненадійна людина. Уміє знаходити вихід зі складних ситуацій, розважлива
<i>Фактор O: спокій - тривожність</i>	
Низькі оцінки (0–6 балів)	Високі оцінки (7–12 балів)
O– Безтурботність, самовпевненість, життєрадісність, упевненість у собі і в своїх силах, неоязливність, самовладання, спокій, відсутність каяття та почуття провини	O+ Занепокоєння, заклопотаність, уразливість, іпохондричність, вплив настрою, страх, невпевненість у собі. Схильність до передчуття, самозвинувачення та депресій. Чутливість до схвалення оточення, почуття провини і невдоволення собою
<i>Фактор Q₁: консерватизм - радикалізм</i>	
Низькі оцінки (0–6 балів)	Високі оцінки (7–12 балів)
Q ₁ – Консервативність, стійкість стосовно традицій. Сумніви щодо нових ідей і принципів, схильність до моралізації і моралей, опір змінам, вузькість інтелектуальних інтересів, орієнтація на конкретну реальну діяльність	Q ₁ + Вільнодумство, експериментаторство, наявність інтелектуальних інтересів, розвинене аналітичне мислення, сприйнятливості до змін, до нових ідей. Недовіра авторитетам, відмова приймати що- небудь на віру. Спрямованість на аналітичну, теоретичну діяльність

<i>Фактор Q₂: конформізм - нонконформізм</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
Q ₂ – Залежність від думок і вимог групи, соціабельність, слідування за громадською думкою, прагнення працювати і приймати рішення разом з іншими людьми. Низька самостійність, орієнтація на соціальне схвалення	Q ₂ + Незалежність, орієнтація на власні рішення, самостійність, винахідливість. Прагнення мати власну думку. При крайніх високих оцінках схильність до протиставлення себе групі і бажання в ній домінувати
<i>Фактор Q₃: низький самоконтроль - високий самоконтроль</i>	
Низькі оцінки (0–5 балів)	Високі оцінки (6–12 балів)
Q ₃ – Низька дисциплінованість, потурання. Слідує своїм бажанням, залежний від настрою. Не вміє контролювати свої емоції і поведінку	Q ₃ + Цілеспрямованість, сильна воля, уміння контролювати свої емоції і поведінку
<i>Фактор Q₄: розслабленість - напруженість</i>	
Низькі оцінки (0–7 балів)	Високі оцінки (8–12 балів)
Q ₄ – Розслабленість, млявість, апатичність, спокій, низька мотивація, зайва задоволеність, незворушливість	Q ₄ + Зібраність, енергійність, напруженість, фрустрованість, підвищена мотивація, неспокій, напруженість, дратівливість
<i>Фактор MD</i>	
Низькі оцінки (0–4 бали)*	Високі оцінки (10–14 балів)
MD– Невдоволення собою, невпевненість у собі, зайва критичність стосовно себе	MD+ Переоцінка своїх можливостей, Самовпевненість і вдовolenість собою

Отримані результати виражаються у стенах із максимальним значенням 10 і середнім 5,5 (див. табл. 2.14). Потім будується профіль особистості, аналізуючи який, керуються ступенем вираженості кожного фактора в зіставленні з нормами (4–7).

Крім наведених факторів першого порядку Р. Кеттелл у результаті подальшої факторизації виділив загальніші фактори другого порядку. У різних працях їх було від 4 до 8. Нами використана форма методики, що має 4 фактори другого порядку.

1. Комунікативний блок утворюють фактори А, Н, F, E, Q₂, G, N.

2. Інтелектуальний блок утворюють фактори У, Q₁, E, M.

3. Емоційний блок утворюють фактори С, I, O, Q₄, Q₃, F, G, L.

4. Самооцінка утворює фактор MD – показник розвитку самосвідомості у структурі особистості.

Інтерпретація подається згруповано за виділеними вище 4 блоками. Орієнтуючись на результати аналізу, в якому враховується співвідношення між оцінками за факторами, можна побудувати індивідуальний графік особистості, який часто називають “профіль особистості”.

Інструкція. Вам пропонується низка тверджень, які допоможуть визначити деякі властивості вашої особистості. Тут не може бути відповідей “правильних” або “помилкових”. Люди різні, і кожен може висловити свою думку.

Відповідаючи на кожне питання, ви повинні вибрати одну з трьох запропонованих відповідей – ту, яка найбільше відповідає вашим поглядам про себе. Відповідати слід у такий спосіб: у відповідній клітинці на бланку для відповідей ставте хрестик (ліва клітинка – відповідь “а”, середня – відповідь “б”, а клітинка праворуч – відповідь “с”).

Якщо вам щось незрозуміло, запитуйте експериментатора і пам’ятайте про таке.

1. Не потрібно витрачати багато часу на обдумування відповідей. Давайте ту відповідь, яка перша спаде вам на думку. Звичайно, питання часто будуть сформульовані не так детально, як вам хотілося б. У такому випадку намагайтесь уявити собі “середню”, найчастішу ситуацію, що відповідає змісту питання, і з огляду на це вибирайте відповідь. Відповідати треба якомога точніше, але не надто повільно.

2. Намагайтесь не вдаватися до проміжних, невизначених відповідей (типу “не знаю”, “щось середнє” і т. ін.) занадто часто.

3. Обов’язково відповідайте на всі питання поспіль, нічого не пропускаючи. Можливо, деякі з них здадуться вам не дуже точно сформульованими, але й тоді намагайтесь знайти найточнішу відповідь. Деякі питання вважатимете особистими, але будьте певні, що відповіді не розголошуватимуться. Відповіді можуть бути розшифровані тільки за допомогою спеціального ключа, який має експериментатор. Причому відповіді на кожне окреме питання взагалі не розглядатимуться: нас цікавлять тільки узагальнені показники.

4. Не намагайтесь справити своїми відповідями добре враження, вони мають відповідати дійсності. У такому випадку ви зможете краще пізнати себе і дуже допоможете нам у нашій роботі. Заздалегідь дякуємо вам за допомогу у відпрацюванні методики.

Текст опитувальника (форма С)

1. Я гадаю, що моя пам’ять зараз краща, ніж раніше:

- а) так;
- б) важко сказати;
- с) ні.

2. Я цілком міг би жити один, далеко від людей:

- а) так;
- б) іноді;
- с) ні.

3. Якщо припустити, що небо знаходиться “внизу” і що взимку “жарко”, я мав би назвати злочинця:

- а) бандитом;
- б) святим;
- с) хмарою.

4. Коли я лягаю спати, то:

- a) швидко засинаю;
- b) коли як;
- c) засинаю важко.

5. Якби я вів машину дорогою, де багато інших автомобілів, віддав би перевагу:

- a) пропустити більшість машин уперед;
- b) не знаю;
- c) обігнати всі машини, що їдуть попереду.

6. У товаристві даю можливість іншим жартувати й розповідати всякі історії:

- a) так;
- b) іноді;
- c) ні.

7. Для мене важливо, щоб у всьому, що мене оточує, не було безладу:

- a) правильно;
- b) важко сказати;
- c) неправильно.

8. Більшість людей, з якими я буваю в товаристві, безперечно, раді мене бачити:

- a) так;
- b) іноді;
- c) ні.

9. Мені більше подобаються:

- a) фігурне катання і балет;
- b) важко сказати;
- c) боротьба і регбі.

10. Мене забавляє невідповідність між тим, що люди роблять, і тим, що вони потім розповідають про це.

- a) так;
- b) іноді;
- c) ні.

11. Коли я читаю про будь-яку пригоду, цікавлюся всіма подробицями:

- a) завжди;
- b) іноді;
- c) рідко.

12. Коли друзі жартують наді мною, я сміюся разом з усіма і зовсім не ображаюся.

- a) правильно;
- b) не знаю;
- c) неправильно.

13. Якщо мені хто-небудь нагрубить, я можу швидко забути про це:

- a) правильно;
- b) не знаю;

с) неправильно.

14. Мені більше подобається придумувати нові способи у виконанні будь-якої роботи, ніж дотримуватися перевірених прийомів:

а) правильно;

б) не знаю;

с) неправильно.

15. Коли я планую що-небудь, я вважаю за краще робити це самостійно, без чиеїсь допомоги:

а) правильно;

б) іноді;

с) ні.

16. Думаю, що я менше чутливий, збудливий, аніж більшість людей:

а) правильно;

б) важко відповісти;

с) не правильно.

17. Мене дратують люди, які не можуть швидко приймати рішення:

а) правильно;

б) не знаю;

с) не правильно.

18. Іноді, хоча й короткочасно, у мене виникало почуття роздратування до моїх батьків:

а) так;

б) не знаю;

с) ні.

19. Я швидше розкрив би свої таємні думки:

а) своїм добрим друзям;

б) не знаю;

с) у своєму щоденнику.

20. Я вважаю, що слово, протилежне за змістом слову “неточний”, це:

а) недбалий;

б) ретельний;

с) приблизний.

21. У мене завжди вистачає енергії, коли мені це необхідно:

а) так;

б) важко сказати;

с) ні.

22. Мене більше дратують люди, які:

а) своїми грубими жартами примушують червоніти людей;

б) важко відповісти;

с) створюють незручності, коли вони спізнюються на домовлену зустріч зі мною.

23. Мені дуже подобається запрошувати гостей і розважати їх:

а) правильно;

б) не знаю;

с) не правильно.

24. Я думаю, що ...

а) можна не все робити однаково ретельно;

б) важко сказати;

с) будь-яку роботу, якщо за неї взявся, слід робити ретельно.

25. Мені зазвичай доводиться долати збентеження:

а) так;

б) іноді;

с) ні.

26. Мої друзі частіше:

а) радяться зі мною;

б) радяться зі мною і дають мені поради однаковою мірою;

с) дають мені поради.

27. Якщо приятель обманює мене у дрібницях, я скоріше вважатиму за краще вдавати, що не помітив цього, ніж викрию його:

а) так;

б) іноді;

с) ні.

28. Я віддаю перевагу друзям:

а) інтереси яких мають діловий і практичний характер;

б) не знаю;

с) які відрізняються філософським поглядом на життя.

29. Не можу байдуже слухати, як інші люди висловлюють ідеї, протилежні тим, в які я твердо вірю:

а) правильно;

б) важко відповісти;

с) не правильно.

30. Мене хвилюють мої минулі вчинки і помилки:

а) так;

б) не знаю;

с) ні.

31. Якби я однаково добре вмів робити й те, й інше, я віддав би перевагу:

а) грі в шахи;

б) важко сказати;

с) грі в городки.

32. Мені подобаються товариські люди:

а) так;

б) не знаю;

с) ні.

33. Я настільки обережний і практичний, що зі мною трапляється менше неприємних несподіванок, аніж з іншими людьми:

а) так;

б) важко сказати;

с) ні.

34. Я можу забути про свої турботи й обов'язки, коли мені це необхідно:
а) так;
б) іноді;
с) ні.
35. Мені буває важко визнати, що я не правий:
а) так;
б) іноді;
с) ні.
36. На підприємстві мені було б цікавіше:
а) працювати з машинами й механізмами і брати участь в основному виробництві;
б) важко сказати;
с) розмовляти з людьми, займаючись громадською роботою.
37. Із двома іншими не пов'язане слово:
а) кішка;
б) близько;
с) сонце.
38. Те, що деякою мірою відволікає мою увагу:
а) дратує мене;
б) щось середнє;
с) не турбує мене зовсім.
39. Якби в мене було багато грошей, то я:
а) жив би, не обмежуючи себе ні в чому;
б) не знаю;
с) подбав би про те, щоб не викликати до себе заздрощів.
40. Гірше покарання для мене:
а) важка робота;
б) не знаю;
с) бути самотнім.
41. Люди повинні більше, ніж зараз, дотримуватися моральних норм:
а) так;
б) іноді;
с) ні.
42. Мені говорили, що дитиною я був:
а) спокійним і любив залишатися один;
б) важко сказати;
с) живим і завжди рухливим і мене не можна було залишити на самоті.
43. Я хотів би працювати з приладами:
а) так;
б) не знаю;
с) ні.
44. Думаю, що більшість свідків на суді кажуть правду, навіть якщо це нелегко для них:
а) так;

- b) важко сказати;
- c) ні.

45. Іноді я не наважуюся втілювати в життя свої ідеї, тому що вони здаються мені нездійсненними:

- a) правильно;
- b) важко сказати;
- c) не правильно.

46. Я намагаюся сміятися над жартами не так голосно, як більшість людей:

- a) правильно;
- b) не знаю;
- c) не правильно.

47. Я ніколи не відчував себе таким нещасним, що хотілося плакати:

- a) правильно;
- b) не знаю;
- c) не правильно.

48. Мені більше подобається:

- a) марш у виконанні духового оркестру;
- b) не знаю;
- c) фортепіанна музика.

49. Я волів би провести відпустку:

- a) у селі з одним або двома друзями;
- b) важко сказати;
- c) очолюючи групу в туристичному таборі.

50. Зусилля, витрачені на складання планів:

- a) ніколи не зайві;
- b) важко сказати;
- c) не варті цього.

51. Необдумані вчинки і висловлювання моїх приятелів на мою адресу не ображають і не засмучують мене:

- a) правильно;
- b) іноді;
- c) не правильно.

52. Справи, що вдалися, здаються мені легкими:

- a) завжди;
- b) іноді;
- c) зрідка.

53. Я вважав би за краще працювати:

a) в установі, де мені довелося б керувати людьми і весь час бути серед них;

- b) важко відповісти;
- c) на самоті, наприклад архітектором, який розробляє свій проект.

54. Слово “будинок” стосується “кімнати”, як “дерево”:

- a) лісу;

b) рослини;

c) листка.

55. Те, що я роблю, у мене не виходить:

a) рідко;

b) час від часу;

c) часто.

56. У більшості справ я переважно:

a) ризикую;

b) коли як;

c) дію напевне.

57. Цілком імовірно, деякі люди вважають, що я надто багато говорю:

a) найімовірніше, це так;

b) не знаю;

c) гадаю, що це не так.

58. Мені більше подобається людина:

a) великого розуму, навіть якщо вона ненадійна і непостійна;

b) важко сказати;

c) із середніми здібностями, але вміє протистояти будь-якими спокусам.

59. Я приймаю рішення:

a) швидше, ніж багато хто з людей;

b) не знаю;

c) повільніше, ніж більшість людей.

60. На мене велике враження справляють:

a) майстерність і витонченість;

b) не знаю;

c) сила та міць.

61. Я вважаю себе людиною, схильною до співпраці:

a) так;

b) не знаю;

c) ні.

62. Мені більше подобається розмовляти з людьми вишуканими, витонченими, ніж з відвертими і прямолінійними:

a) так;

b) не знаю;

c) ні.

63. Я волію:

a) сам вирішувати питання, що стосуються мене особисто;

b) важко відповісти;

c) радитися з моїми друзями.

64. Якщо людина не відповідає на мої слова, то я відчуваю, що, напевно, сказав якусь дурницю:

a) правильно;

b) не знаю;

c) не правильно.

65. У шкільні роки найбільше я набув знань:

- a) на заняттях;
- b) не знаю;
- c) читаючи книжки.

66. Я уникаю громадської роботи і пов'язаної з нею відповідальності:

- a) правильно;
- b) іноді;
- c) не правильно.

67. Коли вирішення дуже важкого питання вимагає від мене багато зусиль, я:

- a) починаю займатися іншим;
- b) важко відповісти;
- c) ще раз пробую вирішити це питання.

68. У мене виникають сильні емоції (тривога, гнів, напади сміху і т. ін.), здавалося б, без певних причин:

- a) так;
- b) іноді;
- c) ні.

69. Іноді я розмірковую гірше, ніж зазвичай:

- a) правильно;
- b) не знаю;
- c) не правильно.

70. Мені приємно зробити послугу людині, погодившись призначити зустріч із нею на час, зручний для неї, навіть коли це трохи незручно для мене:

- a) так;
- b) іноді;
- c) ні.

71. Я гадаю, що правильне число, яке продовжує ряд 1, 2, 3, 6, 5, ... це:

- a) 10;
- b) 5;
- c) 7.

72. Іноді в мене бувають напади нудоти й запаморочення без певних причин:

- a) так;
- b) дуже рідко;
- c) ні.

73. Я вважаю за краще швидше відмовитися від свого замовлення, ніж завдати офіціанту зайвого клопоту:

- a) так;
- b) не знаю;
- c) ні.

74. Я живу сьогоднішнім днем більшою мірою, ніж інші люди:

- a) правильно;
- b) не знаю;

с) не правильно.

75. На вечірці мені подобається:

а) брати участь у цікавій діловій розмові;

б) важко відповісти;

с) відпочивати разом з усіма.

76. Я висловлюю свою думку не залежно від того, хто мене слухає:

а) так;

б) іноді;

с) ні.

77. Якби я міг перенестися в минуле, я б хотів зустрітися з:

а) Ньютоном;

б) не знаю;

с) Шекспіром;

78. Я змушений утримуватися від того, аби не залагоджувати чужі справи:

а) так;

б) іноді;

с) ні.

79. Працюючи в магазині, я би віддавав перевагу:

а) оформленню вітрини;

б) не знаю;

с) бути касиром.

80. Якщо люди погано думають про мене, я не намагаюся їх переконати, а продовжую робити так, як вважаю за потрібне:

а) так;

б) важко сказати;

с) ні.

81. Якщо я бачу, що мій давній друг поставився до мене прохолодно й уникає мене, я звичайно:

а) відразу ж думаю: “У нього поганий настрій”;

б) не знаю;

с) починаю думати про те, який неправильний вчинок я скоїв.

82. Більшість неприємностей відбувається через людей:

а) які намагаються в усе внести зміни, хоча вже існують задовільні методи вирішення цих питань;

б) не знаю;

с) які відкидають нові, перспективні пропозиції.

83. Я отримую велике задоволення, розповідаючи місцеві новини:

а) так;

б) іноді;

с) не правильно.

84. Охайні, вимогливі люди зі мною не уживаються:

а) правильно;

б) іноді;

с) не правильно;

85. Мені здається, що я менше дратівливий, аніж більшість людей:

а) правильно;

б) іноді;

с) не правильно.

86. Я можу легше не рахуватися з іншими людьми, ніж вони зі мною:

а) правильно;

б) іноді;

с) неправильно.

87. Буває, що ранком я не хочу ні з ким розмовляти:

а) часто;

б) іноді;

с) ніколи.

88. Якщо стрілки годинника зустрічаються кожні 65 хвилин, які відміряно за точним годинником, то цей годинник:

а) відстає;

б) іде правильно;

с) поспішає.

89. Мені буває нудно:

а) часто;

б) іноді;

с) зрідка.

90. Люди кажуть, що мені подобається все робити своїм оригінальним способом;

а) правильно;

б) іноді;

с) неправильно.

91. Я вважаю, що потрібно уникати зайвих хвилювань, тому що вони стомлюють:

а) так;

б) іноді;

с) ні.

92. Удома у вільний час я:

а) відпочиваю від усіх справ;

б) важко відповісти;

с) займаюся цікавими справами.

93. Я обережно ставлюся до зав'язування дружніх стосунків із незнайомими людьми:

а) так;

б) іноді;

с) ні.

94. Я вважаю, що те, про що люди говорять віршами, можна так само точно висловити прозою:

а) так;

b) важко відповісти;

c) ні.

95. Мені здається, що люди, з якими я перебуваю у дружніх стосунках, за моєю спиною можуть виявитись аж ніяк не друзями:

a) так;

b) іноді;

c) ні.

96. Мені здається, що найдраматичніші події вже через рік не залишають у моїй душі жодних слідів:

a) так;

b) іноді;

c) ні.

97. Я гадаю, що цікавіше:

a) працювати з рослинами;

b) не знаю;

c) бути страховим агентом.

98. Я піддаюся забобонам і безпричинному страху щодо деяких речей, наприклад, певних тварин, місць, дат і т. ін.:

a) так;

b) іноді;

c) ні.

99. Я люблю розмірковувати над тим, як можна було б покращити світ:

a) так;

b) важко сказати;

c) ні.

100. Я віддаю перевагу іграм:

a) де треба грати в команді або мати партнера;

b) не знаю;

c) де кожен грає сам за себе.

101. Уночі мені сняться фантастичні й безглузді сни.

a) так;

b) іноді;

c) ні.

102. Якщо я залишаюся вдома сам, то через деякий час відчуваю тривогу і страх:

a) так;

b) іноді;

c) ні.

103. Своїм дружнім ставленням я можу ввести людей в оману, хоча насправді вони мені не подобаються:

a) так;

b) іноді;

c) ні.

104. Яке слово не належить до двох інших:

- а) думати;
- б) бачити;
- с) слухати;

105. Якщо мати Марії є сестрою батька Олександра, то Олександр відносно до батька Марії є:

- а) двоюрідним братом;
- б) племінником;
- с) дядьком.

Таблиця 2.14 Ключ до опитувальника

Фактор	Номери питань, типи відповідей, бали																				
<i>MD</i>	1	B	1	18	B	1	35	B	1	52	B	1	69	B	1	86	B	1	103	B	1
	A	2	C		2	C		2	A		2	C		2	C		2	C		2	
<i>A</i>	2	B	1	19	B	1	36	B	1	53	B	1	70	B	1	87	B	1			
	C	2	A		2	C		2	A		2	A		2	C		2				
<i>B</i>	3	B	1	20	C	1	37	B	1	54	C	1	71	A	1	88	C	1	104	A	1
<i>C</i>	4	B	1	21	B	1	38	B	1	55	B	1	72	B	1	89	B	1			
	A	2	A		2	C		2	A		2	C		2	C		2				
<i>E</i>	5	B	1	22	B	1	39	B	1	56	B	1	73	B	1	90	B	1			
	C	2	C		2	C		2	A		2	C		2	A		2				
<i>F</i>	6	B	1	23	B	1	40	B	1	57	B	1	74	B	1	91	B	1			
	C	2	A		2	C		2	A		2	A		2	C		2				
<i>G</i>	7	B	1	24	B	1	41	B	1	58	B	1	75	B	1	92	B	1			
	A	2	C		2	A		2	C		2	A		2	C		2				
<i>H</i>	8	B	1	25	B	1	42	B	1	59	B	1	76	B	1	93	B	1			
	A	2	C		2	C		2	A		2	A		2	C		2				
<i>I</i>	9	B	1	26	B	1	43	B	1	60	B	1	77	B	1	94	B	1			
	A	2	A		2	C		2	A		2	C		2	C		2				
<i>L</i>	10	B	1	27	B	1	44	B	1	61	B	1	78	B	1	95	B	1			
	A	2	C		2	C		2	C		2	A		2	A		2				
<i>M</i>	11	B	1	28	B	1	45	B	1	62	B	1	79	B	1	96	B	1			
	C	2	C		2	A		2	A		2	A		2	C		2				
<i>N</i>	12	B	1	29	B	1	46	B	1	63	B	1	80	B	1	97	B	1			
	C	2	C		2	A		2	A		2	C		2	C		2				
<i>O</i>	13	B	1	30	B	1	47	B	1	64	B	1	81	B	1	98	B	1			
	C	2	A		2	C		2	A		2	C		2	A		2				

Фактор	Номери питань, типи відповідей, бали																	
	Q_1	14	B	1	31	B	1	48	B	1	65	B	1	82	B	1	99	B
		A	2		A	2		C	2		C	2		C	2		A	2
Q_2	15	B	1	32	B	1	49	B	1	66	B	1	83	B	1	100	B	1
		A	2		C	2		A	2		A	2		C	2		C	2
Q_3	16	B	1	33	B	1	50	B	1	67	B	1	84	B	1	101	B	1
		A	2		A	2		A	2		A	2		C	2		C	2
Q_4	17	B	1	34	B	1	51	B	1	68	B	1	85	B	1	102	B	1
		A	2		C	2		C	2		A	2		C	2		A	2

2.3 Дослідження мотиваційно-ціннісних особливостей особистості військовослужбовця Національної гвардії України

У сучасній профорієнтаційній роботі в процесі визначення професійної придатності значне місце відводиться діагностиці мотиваційної сфери претендента. Визначення особливостей мотивації важливе й у питаннях морально-психологічного стану військовослужбовця, і ефективності виконання поставлених перед ним завдань. Тому психолог, який працює з військовослужбовцями, повинен володіти інструментарієм для дослідження мотиваційної сфери, знати труднощі, які виникають під час діагностики мотиваційної сфери і шляхи їх подолання.

Наведемо дані, котрі допоможуть психологу вирішити можливі проблеми під час діагностики мотиваційної сфери обстежуваної особи.

Мотивація – це спонукання, яке викликає активність організму і визначає її спрямованість. Термін “мотивація” використовується там, де необхідно визначити причини й механізми цілеспрямованої поведінки.

Мотивація належить до сфери регуляції активності людини поряд із такими поняттями, як емоції, установки та ін. Так, коли вивчається питання про те, на що спрямовано активність організму, заради чого зроблено вибір саме цих актів поведінки, а не інших, насамперед досліджується прояв мотивів. Вирішуючи питання про те, яким чином здійснюється регуляція динаміки поведінки, досліджують прояв емоцій, суб'єктивних переживань (прагнень, бажань тощо) і установок у поведженні суб'єкта.

Емоції і мотивація тісно пов'язані. Емоції показують цінність об'єктів, що сприймаються, впливають на підтримання або припинення діяльності.

Мотив – це реальний чи уявний предмет потреби, що спонукає і направляє на себе діяльність людини. На погляд А. Ковальова, мотив – це усвідомлена потреба, О. Леонтєва – предмет потреби, а у працях П. Симонова мотив і потреба взагалі ототожнюються.

Наразі вітчизняна психодіагностика досить багато використовує інструментарій, запозичений у зарубіжної науки, і це, зрозуміло, висуває вимогу до психодіагноста, який його застосовує, розбиратися в теоретичних

підходах, на основі яких створена та чи інша методика. Без цього, навіть працюючи з адаптованими, стандартизованими методиками, не кажучи вже про проєктивні техніки, не можна зробити обґрунтованих висновків за результатами психодіагностичного обстеження.

Ще одним складним моментом у діагностиці мотивів є питання про спільність і специфічність предметного змісту мотиву. Так, у змісті мотиву можна виділити специфічне й індивідуально-неповторне, визначене конкретною унікальною ситуацією, і стійке, для чого цей конкретний предмет або явище – не більше ніж одна з можливих форм утілення. Такий стійкий предметний зміст характеризує вже не стільки сам предмет потреби, скільки особистість, яка цю потребу відчуває. На думку С. Рубінштейна, властивості характеру – це, врешті, і є тенденцією, спонуканням, мотивом, що закономірно виявляються у певної людини за однорідних умов.

У діагностичному плані складність пояснюється насамперед тим, що, діагностуючи стійкий мотив, ми не можемо судити про його конкретне втілення в конкретній ситуації.

Ще однією складністю є нетотожність діагностики окремого мотиву й мотивації в цілому. Діагностика певного мотиву однозначно не визначає діагностики відповідного йому виду мотивації. Необхідно враховувати внесок детермінант конкретної ситуації. Так, ступінь виразності латентного мотиву досягнення в людини може бути високим (високий індекс мотиву), але актуальна мотивація досягнення при цьому слабка, оскільки ситуація професійної діяльності не має для неї особистісного змісту, що призводить до низької ефективності професійної діяльності.

Діагностуючи мотиваційну сферу, слід також звертати увагу на сферу реалізацію мотивації. Так, різні мотиви реалізуються в різних сферах і найчастіше у сфері актуальної самореалізації. Якщо сфера, яка цікавить дослідника, є не актуальною, то навіть високий показник мотиву, що досліджується, не буде гарантією очікуваної поведінки. Наприклад, висока мотивація досягнення за низьких показників значущості професійної сфери не сприятимуть реальним досягненням у цій сфері.

Відмінність мотиву від мотивації щодо динамічно енергетичних характеристик і полягає в тому, що інтенсивність актуальної мотивації полягає в інтенсивності латентного мотиву та інтенсивності ситуаційних детермінант мотивації. Тому різні типи інструкції актуалізують різні типи й рівні мотивації в ситуації діагностики мотиваційної сфери. На жаль, це часто не враховується під час діагностики, що позначається на надійності результатів дослідження сили узагальнених мотивів через актуалізований інструкцією ситуаційний мотив. Таким чином, не завжди адекватно оцінюється рівень узагальненої мотивації як характеристики особистості обстежуваного. Валідність діагностики мотиву складається як із валідності методики, так і з валідності діагностичної ситуації, іншими словами: із валідності всієї експериментальної процедури діагностики. Невипадково Д. Маккелланд і Г. Хекхаузен, аналізуючи особливості експериментальної процедури вимірювання мотивів, зазначають

про необхідність перетворення ситуації діагностики на контрольований фактор. Якщо ситуація стандартизована і однакова стосовно всіх випробовуваних, то індивідуальні розходження в рівні мотивації в нейтральній ситуації приймаються за індекс сили латентного мотиву.

Наступна складність виникає з визначення мотиву, коли він тим чи іншим чином пов'язаний із потребою. Потреби конкретизуються в мотивах і реалізуються через них. Однак із цього не випливає, що існує взаємна однозначна відповідність між системою потреб і системою мотивів. І потреби, і мотиви мають свою якісну специфіку, і їх не можна ототожнювати. По-перше, та сама потреба може реалізовуватися через різні мотиви, а той самий мотив може реалізовувати різні потреби. Таким чином, потребі відповідає цілий клас мотивів, а мотив може входити в різні класи потреб. Сам мотив не є одномірним утворенням, а має складну внутрішню структуру. Так, узагальнений мотив диференціюється в низці конкретних мотивів. Коли відношення між потребою і мотивом розглядається не стільки генетично, скільки у функціональному плані, цей рух від потреби до мотиву є рухом від можливості до дійсності, від загального до конкретного, від потенційного до актуального.

Діагностика мотивів і потреб не тотожна, хоча взаємозалежна. Психодіагностика мотивів необхідна для діагностики потреб, але не достатня. Кожному мотиву відповідає своя мотиваційна вага. Вона характеризує ступінь внеску, що цей мотив вносить у реалізацію тієї чи іншої потреби. З іншого боку, мотиви, пов'язані з певною потребою, – це не просто сума мотивів, а ієрархічна система, у якій є певні рівні домінування мотивів. Визначення мотиваційних ваг мотивів дає можливість установити загальні характеристики предмета потреби. Виявлення ж рівня домінування мотивів дає можливість уточнити конкретну специфіку предметного змісту потреб.

Наступна складність діагностики мотиваційної сфери полягає в тому, що якими б стійкими утвореннями не були мотиви й потреби, вони не втрачають своєї ситуаційної специфічності і є динамічними утвореннями, що актуалізуються з різним ступенем інтенсивності в різних ситуаціях. Тому психодіагностика мотиваційних змінних, розглянутих як абсолютно стабільні утворення, не пов'язані із ситуаційною детермінацією, не відповідає природі мотивації. Якщо такі опитувальники дійсно діагностують мотиви, а не щонебудь інше, то сумарні бали, одержувані випробовуваним до актуалізації відповідного мотиву і після, значно відрізняються. Зазначимо, що актуалізувати мотив можна відповідною інструкцією, наприклад, указавши, що ці дані враховуватимуться під час атестації співробітників, присутністю в приміщенні, де тестуються співробітники, інших людей або начальника (командира), а також припущення співробітника, що дані результати тестування потраплять чи можуть потрапити в руки інших людей або начальника (командира).

Зазначимо, що сучасні молоді люди мають достатню психологічну підготовку і очікують на діагностику мотиваційної сфери, унаслідок чого готові відповідати в заданому напрямку на запитання опитувальників. Отже, велика

ймовірність отримання від них соціально схвальних відповідей. Особливо це явище спостерігається стосовно важливої для чоловіків мотивації досягнень, а у жінок – мотивації поведінки допомоги, що тісно пов'язані зі статево-рольовими стереотипами поведінки. Тут виникає відразу дві проблеми. Перша пов'язана з процедурою тестування. Так, вона не має провокувати соціально бажані відповіді, обстежуваний не повинен установлювати (припускати) зв'язок між результатами тестування і зміною свого статусу. Наприклад, присутність начальника сприяє підвищенню показника з мотивації досягнень у курсантів.

Однак крім усвідомлюваної установки на соціально бажану відповідь може діяти й несвідома. Особливо їй піддаються поліцейські, військовослужбовці, учителі та інші вибірки – носії норм права. Вони нерідко розглядають себе в оціночних, моральних категоріях, ідеалізують себе. Із цією проблемою впоратися складніше. Для діагностики такої установки можна використовувати маніпуляції з процедурою. Так, проводити методику двічі: один раз просити відповісти від свого імені, а один – від імені ідеальної людини. Збіг результатів свідчить про те, що людина потерпає від установки на соціальну бажаність відповіді. У цьому разі логічно використовувати такі проєктивні методики, як тест гумористичних фраз або методику незакінчених речень. Тест гумористичних фраз добре знімає напруження від процедури тестування і у вільній формі (без попереднього задавання груп) дозволяє діагностувати такі форми мотивів, як садизм, алкоголізм, кар'єризм тощо, які практично не під силу іншим методикам. Методика незакінчених речень (у варіанті мотиваційної індукції) досить легко може модифікуватися під необхідну проблематику. Такими ж самими унікальними можливостями пристосування до необхідної проблематики, а крім того, простотою обробки й можливості подати результат в одиницях вимірювання, має процедура “Колірного тесту відношення”. Для діагностики цінностей можна також застосувати процедуру методики термінальних та інструментальних цінностей Рокича або комплексну методику, запропоновану Ш. Шварцем.

Надамо детальніший опис зазначених методик.

2.3.1 Закрита анкета вивчення мотивації професійного вибору абітурієнтів вищих навчальних закладів Міністерства внутрішніх справ

Для визначення особливостей мотивації до служби в Національній гвардії України як основну доцільно використовувати “Закриту анкету вивчення мотивації професійного відбору абітурієнтів ВНЗ МВС”, проте деякі дані щодо цілей і засобів діяльності надає й тест Люшера.

“Закрита анкета вивчення мотивації професійного вибору абітурієнтів ВНЗ МВС” розроблена в науково-дослідній лабораторії соціальної і психологічної роботи ХНУВС. Методика побудована за типом оцінної шкали, що складається з 40 тверджень, кожне з яких обстежуваний оцінює за 5-бальною системою. Діагностична оцінка методики належить до восьми мотиваційних шкал, що складають мотиваційний профіль особистості:

- мотиви, пов'язані з об'єктивними соціально заданими цілями і змістом професії (шкала 1);
- мотиви, пов'язані з особистісним розвитком і професійним удосконалюванням (шкала 2);
- самостійний вибір професії (шкала 3);
- несамотійний вибір професії (під впливом референтної групи) – шкала 4;
- мотиви, пов'язані із зовнішнім престижем професії і матеріальним благополуччям (шкала 5);
- мотиви, пов'язані з романтичною привабливістю професії (шкала 6);
- мотиви, пов'язані з прагненням компенсувати характерологічні недоліки (шкала 7);
- асоціальні мотиви (ставлення до професії як до засобу задоволення особистих асоціальних потреб) – шкала 8.

Процедура діагностики. Обстежуваному надаються питання і варіанти відповідей та інструкція. Час не обмежується. Робота з методикою потребує близько 15 хвилин.

Інструкція. Нижче наведено твердження, що характеризують професію. Прочитайте й оцініть, якою мірою кожне з них стосується вибраної вами професії. Для цього в бланку відповідей навпроти кожного твердження поставте значок (хрестик) у тій графі, що відповідає вашій оцінці.

Бланк для відповідей

№	Твердження	Стосується великою мірою	Скоріше стосується, аніж ні	Скоріше не стосується, ніж стосується	Зовсім не стосується	Важко відповісти
1	Корисна для людей					
2	Престижна					
3	Морально задовольняє					
4	Приваблює за фільмами і книгами про правоохоронні органи					
5	Мої друзі порадили мені вибрати цю професію					
6	Дає можливість мати зброю як гарантію особистої безпеки					
7	Є творчою					
8	Додає почуття впевненості в собі					
9	Передбачає високе почуття відповідальності					
10	Єдино можлива в обставинах, що склалися					
11	Відповідає моїм ідеалам					
12	Романтично приваблива					
13	Батьки працюють у правоохоронних органах					
14	Дозволяє мати додатковий заробіток					
15	Дає можливість отримати правові знання					

№	Твердження	Стосується великою мірою	Скоріше стосується, аніж ні	Скоріше не стосується, ніж стосується	Зовсім не стосується	Важко відповісти
16	Виховує чоловічі (вольові) якості					
17	Пов'язана із захистом закону					
18	Гарантує достатню заробітну плату					
19	У мене є досвід роботи за цією професією					
20	Різноманітна і незвичайна					
21	Продовжує професійну династію					
22	Дозволяє налагодити корисні зв'язки					
23	Дає можливість реалізувати свої здібності					
24	Забезпечує самоповагу					
25	Забезпечує порядок у державі і безпеку громадян					
26	Є відносно стабільною					
27	Вибрана мною самостійно					
28	Дозволяє в будь-якій ситуації діяти відповідно до голосу власної совісті					
29	Мої батьки хочуть, щоб я вибрав саме цю професію					
30	Дозволяє завжди виходити переможцем із будь-яких конфліктів					
31	Дозволяє постійно вдосконалюватися					
32	Полегшує взаємини з іншими людьми					
33	Дозволяє особисто брати участь у зниженні рівня злочинності					
34	Дозволяє досягти високого статусу в суспільстві					
35	Приваблює мене давно					
36	Пов'язана з ризиком і гострими відчуттями					
37	За цією професією працює мій друг					
38	Не зв'язує моральними нормами					
39	Наділяє знаннями і життєвим досвідом					
40	Наділяє владними повноваженнями					

Обробка та інтерпретація результатів

Обробка результатів дослідження проводиться за таким алгоритмом.

1. Отримані з кожного питання відповіді переводяться в бали за такою схемою:

- стосується великою мірою – 5 балів;
- скоріше стосується, аніж ні – 4 бали;
- скоріше не стосується, ніж стосується – 2 бали;
- зовсім не стосується – 1 бал;
- важко відповісти – 0 балів.

Підраховується сума балів кожної мотиваційної шкали за ключем:

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

2. У такий спосіб отримують мотиваційний коефіцієнт за кожною шкалою. Тип мотивації, в якому мотиваційний коефіцієнт має найбільше значення в обстежуваного, є домінуючим. Значущість кожного мотиву можна оцінювати таким чином:

- а) менш 11 балів – зовсім не значущий мотив;
- б) від 12 до 14 балів – не дуже значущий мотив;
- в) від 15 до 25 балів – особистісно значущий мотив.

Крім того, отримані значення ранжують і роблять висновок щодо провідних мотивів вибору професії, професійної діяльності.

Потім можна побудувати профіль мотивації вибору професії, що дозволяє оцінити не тільки структуру мотивів, але і їх взаємозв'язок. На горизонтальній осі графіка відкладаються мотиваційні шкали, на вертикальній – отримані бали за шкалами.

Сприятлива мотивація характеризується такими параметрами:

- високий рівень самостійності у виборі професії;
- раннє захоплення професією;
- адекватне уявлення про професію, усвідомлення її об'єктивних цілей, змісту, умов і соціальної значущості;
- усвідомлення вимог професії до особистості;
- прагнення особисто брати участь у реалізації об'єктивних соціально заданих цілей професії;
- усвідомлення необхідності долати труднощі, пов'язані з професією;
- усвідомлення необхідності морального вибору і високої відповідальності у професійній діяльності співробітника правоохоронних органів;
- прагнення до творчої самореалізації в професійній діяльності;

- прагнення до особистісного і професійного самовдосконалення;
- конкретне уявлення про плани на майбутнє, що пов'язані з вибраною професією.

Профіль, у якому зазначені показники домінують, а зовнішні умови професії, її методи, фактори контролю й оцінки розглядаються особистістю як засоби діяльності, характеризують ступінь присвоєння нею об'єктивного змісту діяльності і визначають відповідність справжніх професійних мотивів характеристикам професії, що соціально задаються.

Несприятлива мотивація характеризується домінуванням у мотиваційному профілі особистості таких параметрів:

- виражене прагнення компенсації характерологічних недоліків за рахунок професії;
- потреба в соціальному схваленні, реалізація якої пов'язана із зовнішнім престижем професії;
- домінуюча потреба у виправданні своєї самооцінки, реалізація якої пов'язується із зовнішніми характеристиками професії (володіння владними повноваженнями, кар'єрне зростання, зовнішній імідж професіонала);
- прагнення вирішувати свої матеріально-побутові проблеми за допомогою професії;
- неадекватне уявлення про професію і її вимоги до особистості, вибір її на основі романтичної привабливості;
- ігнорування творчих аспектів діяльності, а також можливості особистісного і професійного вдосконалювання;
- низький рівень самостійності у виборі професії;
- відсутність уявлень про власні плани на майбутнє, пов'язані з вибраною професією;
- нерозбірливість у засобах при реалізації особистих потреб;
- небажання особисто брати участь у реалізації об'єктивних соціально заданих цілей професії;
- негативне емоційне ставлення до професії.

Необхідно зазначити, що сполучення наведених параметрів мотивації із соціальною незрілістю, низьким рівнем розвитку моральних якостей, відсутністю віри в можливість закону і права, низькою самооцінкою і слабкою здатністю передбачати наслідки власних дій, ставлення до закону як до засобу реалізації власних потреб може виявлятися в асоціальній поведінці, призводити до порушення дисципліни й законності.

2.3.2 Методики “Діагностика мотивації прагнення до успіху” і “Діагностика мотивації уникнення невдач” (Т. Елерс)

В екстремальних ситуаціях найефективніші військовослужбовці, у яких мотивація до досягнення успіху вище мотивації до уникнення невдач. Такі фахівці ставлять перед собою завдання середнього рівня складності, реалістичні і цілком досяжні, охоче беруться за справу з імовірністю 50 на 50,

не витрачають час на марні і заздалегідь неуспішні справи, сам факт досягнення успіху має для них велике значення, вони наполегливі, але не вперті, схильні вибирати помірний ризик.

Якщо мотивація до уникнення невдач переважає над мотивацією до досягнення успіху, то такі люди беруться тільки за успішні справи. Можуть взятися за мало успішну справу, поразка в якій соціально не засуджується; уникають ситуацій, де їхня компетенція може порівнюватися з іншими; бояться соціального несхвалення, у результаті чого можуть відмовитися майже від гарантовано успішної справи.

С. Махун установив, що люди з високим рівнем мотивації уникнення невдачі намагаються навіть не брати до уваги інформацію про професії, орієнтовані на постійне просування і досягнення. У кінцевому рахунку вони вибирають роботу, що слабою мірою задовольняє їхнім професійним інтересам і з рівнем винагороди, що нижче бажаного. Навпаки, люди з високою мотивацією досягнення вибирають престижні професії і змагальний тип поведінки.

*Загальна характеристика методики діагностики особистості
на мотивацію до успіху Т. Елерса*

Особистісний опитувальник призначений для діагностики мотиваційної спрямованості особистості на досягнення успіху.

Стимульний матеріал містить 41 твердження, на які досліджуваному необхідно дати один із двох варіантів відповідей: “так” або “ні”. Тест належить до моношкальних методик. Ступінь вираженості мотивації до успіху оцінюється кількістю балів, що збігаються з ключем.

Інструкція. Вам пропонується 41 твердження, на кожне з яких слід відповісти “так” або “ні”.

Текст опитувальника

1. Коли є вибір між двома варіантами, його краще зробити швидше, ніж відкласти на певний час.
2. Я легко дратуюся, коли помічаю, що не можу стовідсотково виконати завдання.
3. Коли я працюю, це має такий вигляд, начебто я все ставлю на карту.
4. Коли виникає проблемна ситуація, я найчастіше приймаю рішення одним із останніх.
5. Коли в мене два дні поспіль немає справи, я втрачаю спокій.
6. У деякі дні мої успіхи нижче середніх.
7. Стосовно себе я суворіший, аніж стосовно інших.
8. Я доброзичливіший за інших.
9. Коли я відмовляюся від складного завдання, я потім суворо засуджую себе, бо знаю, що в ньому я домогся б успіху.
10. У процесі роботи я потребую невеликих пауз для відпочинку.
11. Старанність – це не головна моя риса.
12. Мої досягнення у праці не завжди однакові.
13. Мене більше приваблює інша робота, ніж та, котрою я зайнятий.

14. Осудження стимулює мене сильніше, ніж похвала.
15. Я знаю, що мої колеги вважають мене тямущою людиною.
16. Перешкоди роблять мої рішення твердішими.
17. У мене легко викликати честолюбство.
18. Коли я працюю без натхнення, це звичайно помітно.
19. Виконуючи роботу, я не розраховую на допомогу інших.
20. Іноді я відкладаю те, що повинен був зробити невідкладно.
21. Потрібно покладатися тільки на самого себе.
22. У житті мало речей, важливіших за гроші.
23. Завжди, коли я мушу виконати важливе завдання, я ні про що інше не думаю.
24. Я менш честолюбний, аніж більшість інших людей.
25. Наприкінці відпустки я звичайно радий, що незабаром вийду на роботу.
26. Коли я настроєний на роботу, роблю її краще і кваліфікованіше за інших.
27. Мені простіше й легше спілкуватися з людьми, які можуть наполегливо працювати.
28. Коли в мене немає справ, я відчуваю себе ніяково.
29. Мені доводиться виконувати відповідальну роботу частіше за інших.
30. Коли мені доводиться приймати рішення, я намагаюся робити це якнайкраще.
31. Мої друзі іноді вважають мене ледачим.
32. Мої успіхи якоюсь мірою залежать від моїх колег.
33. Безглуздо протидіяти волі керівника.
34. Іноді не знаєш, яку роботу доведеться виконувати.
35. Коли щось не ладиться, я нетерплячий.
36. Звичайно я звертаю мало уваги на свої досягнення.
37. Коли я працюю разом з іншими, моя робота дає більші результати, ніж робота інших.
38. Багато з того, за що берусь, я не доводжу до кінця.
39. Я заздрю людям, які не завантажені роботою.
40. Я не заздрю тим, хто прагне влади і високого статусу.
41. Коли я впевнений, що на правильному шляху, для доведення своєї правоти я йду аж на крайні заходи.

Обробка та інтерпретація результатів

Щоб отримати результати за цією методикою, слід оцінити відповіді згідно з ключем (табл. 2.15). Відповіді на твердження 1, 11, 12, 19, 23, 33, 34, 35, 40 не враховуються.

Таблиця 2.15 – Ключ до методики діагностики особистості на мотивацію до успіху

Номери тверджень із відповіддю “так” (+)	Оцінка	Номери тверджень із відповіддю “ні” (-)	Оцінка
2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41	1	6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39	1

Отримані оцінки слід підсумувати. Кількісні результати за цією методикою означають таке.

1 – 10 балів: мотивація до успіху низька, обстежуваний не прагне досягти перемоги, не схильний докладати власних сил у працю, апатичний, пасивно ставиться до життя.

11 – 16 балів: середня мотивація до успіху. За такої мотивації людина не боїться ризикувати, вона не скута у своїх діях, бо можлива невдача не надто хвилює її.

17 – 20 балів: висока мотивація до успіху. Такі люди здатні йти на середнього рівня ризик для досягнення бажаного, схильні орієнтуватися на власні сили, гнучко й наполегливо досягати поставленої мети.

Вище 21 бала: мотивація до успіху надто висока. Це може спричиняти надмірну критичність до власних можливостей. При цьому досліджуваній може зазнавати надмірного хвилювання і страху зазнати невдачі. Підсвідома зневіра у власних силах викликає в людини меншу готовність до ризику, особистісну скутість. У результаті за надмірної мотивації до успіху людина може втрачати віру в те, що досягне бажаного.

*Загальна характеристика методики діагностики особистості
на мотивацію до уникнення невдач Т. Елерса*

Особистісний опитувальник призначений для діагностики мотиваційної спрямованості особистості на уникнення невдач.

Стимульний матеріал являє собою список слів із 30 рядків по 3 слова в кожному. Досліджуваному необхідно вибрати тільки одне з трьох слів, яке найточніше його характеризує. Ступінь вираженості мотивації до успіху оцінюється кількістю балів, що збігаються з ключем.

Інструкція. Вам пропонується список слів із 30 рядків, по 3 слова в кожному. Із цих трьох слів виберіть одне, яке найточніше вас характеризує, і підкресліть його.

Бланк для відповідей

1	Сміливий	Пильний	Заповзятливий
2	Лагідний	Боязкий	Упертий
3	Обережний	Рішучий	Песимістичний
4	Непостійний	Безцеремонний	Уважний
5	Нерозумний	Боягузливий	Недумаючий
6	Спритний	Жвавий	Завбачливий
7	Холоднокровний	Коливний	Відважний
8	Стрімкий	Легковажний	Боязкий
9	Що не замислюється	Манірний	Непередбачливий
10	Оптимістичний	Сумлінний	Чуйний
11	Меланхолійний	Що сумнівається	Нестійкий
12	Боягузливий	Недбалий	Схвильований
13	Необачний	Тихий	Боязкий
14	Уважний	Нерозсудливий	Сміливий
15	Розважливий	Швидкий	Мужний
16	Заповзятливий	Обережний	Завбачливий
17	Схвильований	Неуважний	Боязкий

18	Легкодухий	Необережний	Безцеремонний
19	Полохливий	Нерішучий	Нервовий
20	Старанний	Відданий	Авантюрний
21	Завбачливий	Жвавий	Одчайдушний
22	Приборканий	Байдужний	Недбалий
23	Обережний	Безтурботний	Терплячий
24	Розумний	Турботливий	Хоробрий
25	Передбачливий	Безстрашний	Сумлінний
26	Поспішний	Полохливий	Безтурботний
27	Неуважний	Необачний	Песимістичний
28	Обачний	Розважливий	Заповзятливий
29	Тихий	Неорганізований	Боязкий
30	Оптимістичний	Пильний	Безтурботний

Ключ до методики

Досліджуваний одержує по одному балу за відповіді, наведені в ключі. Перша цифра перед лінією означає номер рядка, друга цифра після лінії – номер стовпчика, в якому міститься потрібне слово. Наприклад, 1/2 означає, що слово, яке отримало один бал у першому рядку і в другому стовпчику – “пильний”. Інші вибори балів не отримують.

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

Обробка та інтерпретація результатів

Чим більша сума балів, тим вищий рівень мотивації до уникнення невдач.

Від 2 до 10 балів – низький рівень мотивації до уникнення невдач.

Від 11 до 16 балів – середній рівень мотивації до уникнення невдач.

Від 17 до 20 балів – високий рівень мотивації до уникнення невдач.

Понад 20 балів – дуже високий рівень мотивації до уникнення невдач.

2.3.3 Методика вивчення мотиваційного профілю особистості (Ш. Річі та П. Мартін)

Дослідження мотивації передбачає оцінювання основних потреб військовослужбовця, для чого може використовуватися методика “Вивчення мотиваційного профілю особистості”(Ш. Річі та П. Мартін).

Автори методики намагалися систематизувати види лояльності, узявши за основу певні потреби (деякі психологи вважають, що лояльність працівника в компанії є функцією задоволення його потреб щодо неї). Однак перелік таких потреб був недостатньо повним. Водночас сама ідея систематизації досить приваблива з точки зору підвищення задоволеності, формування лояльності й мотивації, оскільки схема формування лояльності в такому випадку має досить простий вигляд. Слід виявити основні потреби людини, які спонукають її до праці, професійної діяльності, і задовольнити їх. У результаті отримуємо високу задоволеність працею і, як наслідок, високий рівень лояльності та мотивації.

Досліджуючи безліч потреб, які можуть задовольнятися в процесі трудової діяльності людини, Ш. Річі та П. Мартін зупинилися на дванадцяти основних. У різних людей вони можуть виражатися різною мірою: для одного важливо, аби праця давала можливість особистісного зростання, для іншого – можливість досягнення високого статусу, влади над іншими, третій прагне різноманітності в роботі тощо. Тому для визначення індивідуального поєднання найбільш і найменш актуальних (значущих) для конкретної людини потреб, яке назвали мотиваційним профілем, вони розробили тест, котрий дає можливість кількісно оцінити відносну значущість цих потреб для конкретної людини і графічно зобразити її мотиваційний профіль.

Зазначимо також, що розроблена процедура дослідження, яка передбачає примусовий розподіл балів між чотирма альтернативами, досить добре долає стратегію давати соціально схвальні відповіді і сприяє побудові реальної ієрархії потреб працівника.

Ця методика була адаптована на російській вибірці А. Шмельовим і добре себе зарекомендувала.

Інструкція. Для отримання найкращих результатів слід відповідати швидко, не роздумуючи довго. Перша, можливо, не цілком усвідомлена відповідь, і є найправильнішим відбитком ваших справжніх почуттів. Відповіді на всі запитання “Мотиваційного профілю” і підрахунок результатів потребуватиме приблизно години.

Слід уважно читати кожне твердження опитувальника і вписувати свої оцінки безпосередньо в таблицю відповідей. Слідкуйте за тим, аби всі 11 балів розподілялися між чотирма наведеними в кожному питанні твердженнями (a–d).

Наприклад, вам необхідно розподілити 11 балів між чотирма варіантами кожного з тверджень, що позначені буквами (a), (b), (c), (d). Якщо вам здається, що один із факторів є найважливішим для вас, то оцініть його в 11 балів, якщо ви вважаєте його взагалі несуттєвим, не присвоюйте йому жодного бала, в інших випадках намагайтеся на власний розсуд розподілити всі 11 балів між чотирма запропонованими в кожному твердженні факторами.

Як приклад спробуємо оцінити такі твердження.

Я хотів би мати таку роботу, на якій

- (a) була б хороша заробітна плата та додаткові пільги;
- (b) я міг би планувати роботу на свій розсуд;
- (c) мою діяльність змогли б помітити й оцінити інші люди;
- (d) було б багато різноманітності і змін.

Якщо ви вважаєте найважливішими для себе твердження (a) і (b), то можете присудити їм, скажімо, 5 і 6 балів відповідно, нічого не залишаючи для оцінки інших двох варіантів (c) і (d). Зовсім не важливо, яким чином ви будете розподіляти 11 балів між чотирма варіантами, головне, щоб оцінки важливості кожного варіанта твердження в сумі становили 11 балів.

Бали, присвоєні вами кожному фактору, слід вносити безпосередньо в таблицю.

Текст опитувальника

1. *Я вважаю, що міг би зробити свій внесок на такій роботі, де ...*

- a) добра заробітна плата та інші види винагород;
- b) є можливість установити добрі взаємини з колегами по роботі;
- c) я зміг би впливати на прийняття рішень і демонструвати свої позитивні якості працівника;
- d) у мене є можливість удосконалюватись і зростати як особистість.

2. *Я не хотів би працювати там, де ...*

- a) відсутні чіткі вказівки, чого від мене вимагають;
- b) практично відсутній зворотній зв'язок і оцінка ефективності моєї роботи;
- c) те, чим я займаюся, вважаю малокорисним і малоцінним;
- d) погані умови праці, надто шумно чи брудно.

3. *Для мене важливо, щоб моя робота ...*

- a) була пов'язана зі значною різноманітністю та змінами;
- b) давала мені можливість працювати із широким колом людей;
- c) забезпечувала мені чіткі вказівки, аби я знав, чого від мене вимагають;
- d) дозволяла мені добре пізнати людей, з якими я працюю.

4. *Вважаю, що я не був би дуже зацікавленим роботою, яка ...*

- a) забезпечувала б мені мало контактів з іншими людьми;
- b) навряд чи була б помічена іншими людьми;
- c) не мала б конкретних обрисів так, що я не був би впевненим, чого від мене вимагають;
- d) була б пов'язана з певним обсягом рутинних операцій.

5. *Робота мені подобається, якщо ...*

- a) я чітко уявляю собі, чого від мене вимагають;
- b) у мене зручне робоче місце і мене мало відволікають;
- c) у мене хороша винагорода та заробітна плата;
- d) дозволяє мені вдосконалювати свої професійні якості.

6. *Гадаю, що мені б сподобалося, якби ...*

- a) були добрі умови роботи, і не було тиску на мене;
- b) у мене був гідний оклад;
- c) робота справді була корисною й приносила мені задоволення;
- d) мої досягнення й робота оцінювалися гідно.

7. *Я не вважаю, що робота має ...*

- a) бути слабо структурованою, так що незрозуміло, що ж треба робити;
- b) давати надто мало можливостей добре пізнати інших людей;
- c) бути малозначною і малокорисною для суспільства або нецікавою для виконання;
- d) залишатися невизнаною або її виконання має сприйматися саме собою зрозумілим.

8. *Робота, що приносить задоволення ...*

- a) пов'язана зі значним різноманіттям, змінами та стимуляцією ентузіазму;

b) дає можливість удосконалювати свої професійні якості й розвиватись як особистість;

c) є корисною та значущою для суспільства;

d) дозволяє мені бути креативним (виявляти творчий підхід) і експериментувати з новими ідеями.

9. Важливо, щоб робота ...

a) визнавалася й цінувалася організацією, в якій я працюю;

b) давала б можливості для персонального зростання і вдосконалення;

c) була пов'язана з великим різноманіттям і змінами;

d) дозволяла б працівнику впливати на інших.

10. Я не вважаю, що робота задовольнятиме, якщо ...

a) у процесі її виконання мало можливостей здійснювати контакти з різними людьми;

b) оклад і винагорода не достатні;

c) я не можу встановлювати і підтримувати добрі стосунки з колегами по роботі;

d) у мене дуже мало самостійності або можливостей для виявлення гнучкості.

11. Найкращою є робота, яка ...

a) забезпечує добрі робочі умови;

b) дає чіткі інструкції та пояснення з приводу змісту роботи;

c) допускає виконання цікавих і корисних завдань;

d) дозволяє отримати визнання особистих досягнень та якості роботи.

12. Цілком імовірно, я не буду добре працювати, якщо ...

a) бракує можливостей ставити перед собою цілі й досягати їх;

b) я не маю можливості вдосконалювати свої особисті якості;

c) тяжка праця не отримує визнання і відповідної винагороди;

d) на робочому місці брудно або шумно.

13. Визначаючи службові обов'язки, важливо ...

a) дати людям можливість краще пізнати один одного;

b) дати можливість працівникові ставити цілі й досягати їх;

c) забезпечити умови для виявлення працівниками творчого потенціалу;

d) забезпечити комфортність і чистоту місця роботи.

14. Цілком імовірно, я не захочу працювати там, де ...

a) у мене буде мало самостійності та можливостей для вдосконалення своєї особистості;

b) не заохочуються дослідження та виявлення наукової цікавості;

c) дуже мало контактів із широким колом людей;

d) немає гідних надбавок і додаткових пільг.

15. Я був би задоволеним, якби ...

a) була можливість впливати на прийняття рішень іншими працівниками;

b) робота давала широке різноманіття та зміни;

c) мої досягнення були оцінені іншими людьми;

d) точно знав, чого від мене вимагають і як я повинен це виконати.

16. *Робота менше задовольняла б мене, якби ...*

- a) не дозволяла ставити й добиватися складних цілей;
- b) чітко не знав правил і процедур виконання роботи;
- c) рівень оплати моєї праці не відповідав рівню складності виконуваної роботи;
- d) я практично не міг впливати на рішення, що приймаються, й на те, що роблять інші.

17. *Я вважаю, що посада має передбачати ...*

- a) чіткі посадові інструкції і вказівки, чого від мене вимагають;
- b) можливість краще пізнати своїх колег по роботі;
- c) можливості виконувати складні виробничі завдання, що вимагають напруження всіх сил;
- d) різноманітність, зміни й заохочення.

18. *Робота давала б менше задоволення, якби ...*

- a) не допускала можливості хоча б невеликого творчого внеску;
- b) здійснювалася ізольовано, тобто я повинен був би працювати на самоті;
- c) не було сприятливого внутрішнього клімату, в якому я міг би професійно зростати;
- d) не давала можливості впливати на прийняття рішень.

19. *Я хотів би працювати там, де ...*

- a) інші люди визнають і оцінюють роботу, яку я виконую;
- b) у мене буде можливість впливати на те, що роблять інші;
- c) є гідна система надбавок і додаткових пільг;
- d) можна висувати й апробувати нові ідеї і виявляти креативність.

20. *Навряд чи я захотів би працювати там, де ...*

- a) не існує різноманіття або змін у роботі;
- b) у мене буде мало можливостей впливати на рішення, що приймаються;
- c) заробітна плата не дуже висока;
- d) умови праці недостатньо добрі.

21. *Я вважаю, що робота, яка задовольняє, має передбачати ...*

- a) наявність чітких указівок, аби працівники знали, чого від них вимагають;
- b) можливість виявляти креативність (творчий підхід);
- c) можливість зустрічатися з цікавими людьми;
- d) почуття задоволення і справді цікаві завдання.

22. *Робота не задовольнятима, якщо ...*

- a) передбачені незначні надбавки й додаткові пільги;
- b) умови праці некомфортні або у приміщенні дуже шумно;
- c) не буде можливості порівнювати свою роботу з роботою інших;
- d) не заохочуються дослідження, творчий підхід і нові ідеї.

23. *Я вважаю важливим, аби робота забезпечувала мені ...*

- a) безліч контактів із широким колом цікавих мені людей;

- b) можливість установлення й досягнення мети;
 - c) можливість впливати на прийняття рішень;
 - d) високий рівень заробітної плати.
24. *Я не думаю, що мені подобалася б така робота, де ...*
- a) умови праці некомфортні, на робочому місці брудно або шумно;
 - b) мало шансів впливати на інших людей;
 - c) мало можливостей для досягнення поставлених цілей;
 - d) я не міг виявляти креативність (творчість) і пропонувати нові ідеї.
25. *У процесі організації роботи важливо ...*
- a) забезпечити чистоту і комфортність робочого місця;
 - b) створити умови для виявлення самостійності;
 - c) передбачити можливість різноманіття та змін;
 - d) забезпечити широкі можливості контактів з іншими людьми.
26. *Найімовірніше, я не захотів би працювати там, де ...*
- a) умови праці некомфортні, тобто шумно, брудно і т. ін.;
 - b) мало можливостей здійснювати контакти з іншими людьми;
 - c) робота не є цікавою або корисною;
 - d) робота рутинна і завдання рідко змінюються.
27. *Робота задовольняє, очевидно, тоді, коли ...*
- a) люди визнають і цінують добре виконану роботу;
 - b) існують широкі можливості для маневру і прояву гнучкості;
 - c) можна ставити перед собою складні і сміливі цілі;
 - d) існує можливість краще пізнати своїх колег.
28. *Мені б не сподобалася робота, яка ...*
- a) не була б корисною й не приносила б почуття задоволення;
 - b) не мала б у собі стимулу до змін;
 - c) не дозволяла б мені встановлювати дружні стосунки з іншими;
 - d) була б неконкретною і не ставила б складних завдань.
29. *Я б виявив поривання працювати там, де ...*
- a) робота цікава й корисна;
 - b) люди можуть установлювати довготривалі дружні взаємини;
 - c) мене оточували б цікаві люди;
 - d) я міг би впливати на прийняття рішень.
30. *Я не вважаю, що робота має ...*
- a) передбачати, щоб людина здебільшого працювала наодинці;
 - b) давати мало шансів на визнання особистих досягнень працівника;
 - c) перешкоджати встановленню стосунків із колегами;
 - d) складатися переважно з рутинних обов'язків.
31. *Добре спланована робота обов'язково ...*
- a) передбачає достатній набір пільг і безліч надбавок;
 - b) має чіткі рекомендації з виконання та посадові обов'язки;
 - c) передбачає можливість ставити цілі і досягати їх;
 - d) стимулює і заохочує висунення нових ідей.

32. Я вважав би, що робота не задовольняє, якби ...

- a) не міг виконувати складну перспективну роботу;
- b) було мало можливостей для прояву креативності;
- c) допускалася лише мала частка самостійності;
- d) сама сутність роботи не була корисною або потрібною.

33. Найважливішими характеристиками посади є ...

- a) можливість для творчого підходу та оригінального нестандартного мислення;
- b) важливі обов'язки, виконання яких не задовольняє;
- c) можливість установлювати добрі стосунки з колегами;
- d) наявність значущої мети, якої повинен досягти працівник.

Обробка та інтерпретація результатів

Номери колонок у табл. 2.16 відповідають дванадцяти потребам. Підрахуйте суму балів у кожній колонці. Це і становитиме кількісний показник відносної значущості цих потреб для індивіда (табл. 2.16).

Таблиця 2.16 – Ключі до методики вивчення мотиваційного профілю особистості

Твердження	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	(a)				(b)			(c)			(d)	
2		(d)	(a)			(b)						(c)
3			(c)	(b)	(d)				(a)			
4			(c)	(a)		(b)			(d)			
5	(c)	(b)	(a)								(d)	
6	(b)	(a)				(d)						(c)
7			(a)		(b)	(d)						(c)
8									(a)	(d)	(b)	(c)
9						(a)		(d)	(c)		(b)	
10	(b)			(a)	(c)						(d)	
11		(a)	(b)			(d)						(c)
12		(d)				(c)	(a)				(b)	
13		(d)			(a)		(b)			(c)		
14	(d)			(c)						(b)	(a)	
15			(d)			(c)		(a)	(b)			
16	(c)		(b)				(a)	(d)				
17			(a)		(b)		(c)		(d)			
18				(b)				(d)	(d)		(a)	
19	(c)					(a)		(b)		(d)		
20	(c)	(d)						(b)	(a)			
21			(a)	(c)						(b)		(d)
22	(a)	(b)						(c)		(d)		
23	(d)			(a)			(b)	(c)				
24		(a)	(c)	(b)	(d)		(c)	(b)		(D)		
25		(a)		(d)					(c)		(b)	
26		(a)		(b)					(d)			(c)
27					(d)	(a)	(c)				(b)	
28					(c)		(d)		(b)			(a)
29				(c)	(b)			(d)				(a)

Кінець табл. 2.16

Твердження	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
30				(a)	(c)	(b)			(d)			
31	(a)		(b)				(c)			(d)		
32							(a)			(b)	(c)	(d)
33					(c)		(d)			(a)		(b)
Підсумок												

Норми до методики вивчення мотиваційного профілю особистості для вибірки військовослужбовців НГУ наведено в табл. 2.17.

Таблиця 2.17 – Норми до методики вивчення мотиваційного профілю особистості для вибірки військовослужбовців Національної гвардії України

Рівні	Номери шкал											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Високий	≥ 80	≥ 42	≥ 62	≥ 41	≥ 31	≥ 47	≥ 44	≥ 25	≥ 40	≥ 38	≥ 46	≥ 60
Середній	79– 22	41– 10	61– 24	40–7	30–4	46– 20	43– 16	24–2	39– 11	37– 12	45– 15	59– 22
Низький	≤ 21	≤ 9	≤ 23	≤ 6	≤ 3	≤ 19	≤ 15	≤ 1	≤ 10	≤ 11	≤ 14	≤ 21

Смислова інтерпретація мотивів опитуваних

1. Потреба у високій заробітній платі та матеріальній винагороді; бажання мати роботу з відповідним набором пільг і надбавок. Ця потреба виявляє тенденцію до зміни в процесі трудового життя. Збільшення витрат зумовлює підвищення значення цієї потреби (наприклад, наявність боргів, виникнення нових сімейних зобов'язань, додаткові або важкі фінансові зобов'язання).

Мотивація працівників, які мають високі показники потреби у грошах, з одного боку, проста: якщо існує можливість більше заробити, додаючи більше зусиль, то працівники будуть високо мотивованими і задоволеними роботою. Таким чином, їхня мотивація полягає в забезпеченні суворого причинно-наслідкового зв'язку між зусиллями і винагородою. З іншого боку, мотивація за допомогою грошей пов'язана з такими труднощами, як втрата управлінського контролю, визначення справедливого рівня винагороди та інших. Перш ніж мотивувати таких працівників, потрібно переконатися в їх компетентності. Крім того, вони потребують додаткового контролю, оскільки в гонитві за грошми можуть ігнорувати контрактні чи технологічні вимоги. Такі люди не дуже люблять працювати в команді, бо воліють отримувати гроші за власні зусилля. Колег по команді вони можуть розглядати як потенційних конкурентів і навіть як працівників, що заважають роботі.

2. Потреба в добрих умовах праці і комфортному оточенні. Високі показники цього чинника, отримані під час тестування персоналу, можуть сигналізувати про незадоволення певної іншої потреби, наприклад, висловлювати невдоволення керівником, несприятливим психологічним кліматом. Тому, маючи високі значення цієї потреби, насамперед слід розглянути людські стосунки, що склалися в організації, її корпоративну культуру. Коли ж таких труднощів не виявлено, то, найімовірніше, саме умови

праці становлять проблему, вирішення якої потребує їх поліпшення.

3. Потреба в чіткому структуруванні роботи, наявності зворотного зв'язку та інформації, що дозволяє судити про результати своєї роботи, потреба у зниженні невизначеності та встановленні правил і директив виконання роботи. Люди з високою потребою у структуруванні роботи повинні точно знати, чого від них вимагають. Вони воліють бути впевненими, що чітко виконують усі передбачені виробництвом процедури. Брак указівок та інформації викликати в них стрес. Такі люди прагнуть високого рівня організованості. Світ має бути упорядкованим, передбачуваним і контрольованим. Людей із високими показниками цієї потреби слід мотивувати встановленням чіткого порядку або наданням їм можливості встановити свій порядок.

У людей із низькою потребою в структуруванні роботи будь-які правила та інструкції викликають роздратування і навіть стрес. Спроби регулювати й контролювати діяльність таких людей може викликати в них запеклий опір і навіть призвести до конфлікту.

Розглядаючи потребу в структуруванні й організації роботи, Ш. Річі та П. Мартін відзначають, що вона може змінюватися під впливом часу й обставин: зростати в періоди невизначеності та змін і знижуватися в умовах стабільності.

4. Потреба в соціальних контактах: у спілкуванні з широким колом людей, атмосфери довірливості, зв'язків із колегами, партнерами та клієнтами. Працівники, у яких виражена ця потреба, отримують задоволення і позитивні емоції від численних контактів з іншими людьми. Багато з них здатні виявляти толерантність до навколишньої метушні, шуму, які незмінно супроводжують спільну працю. Таким чином, створюючи умови для численних контактів або переміщуючи на посади, які передбачають такі контакти, можна підвищувати задоволеність цих працівників. Водночас тих, у кого цей показник низький, не можна запідозрити в нездатності підтримувати соціальні контакти. Вони просто не потребують їх у великій кількості. Такі працівники можуть віддавати перевагу самотності, отримувати задоволення від роботи і жалкувати про час, витрачений на розмови з іншими працівниками.

5. Потреба формувати й підтримувати довгострокові стабільні взаємини, що припускає значну міру близькості взаємин, довірливості. Задоволення цієї потреби вимагає формування морального клімату, що заохочує взаємини. Працівників, у яких виражена така потреба, задовольнятимуть умови довіри і особистих взаємин, властивих ефективній команді.

6. Потреба в завоюванні визнання з боку інших людей, у тому, аби оточення цінувало заслуги, досягнення й успіхи індивідуума. Мотивація людей, у яких виражена ця потреба, полягає в задоволенні подібної потреби різними засобами: від усної подяки до матеріального заохочення. Керівнику варто враховувати, що сприйняття проявів вдячності залежить від його щирості. Якщо визнання звучить нещиро, то воно може руйнувати мотивацію (демотивувати). Крім того, різні люди мають потребу в різних формах визнання. Одним слід висловлювати подяку в урочистій обстановці у

присутності колег по роботі, іншим – достатньо сказати “дякую” в процесі роботи. Звичайно ж, визнання має виявлятися відразу після події, вчинку, які на нього заслуговують, при цьому визнання заслуг не обов’язково має супроводжуватися матеріальною винагородою.

Потреба у визнанні може зробити людину залежною від схвалення оточення. Високі показники цієї потреби є індикатором значної невпевненості в собі. Така людина не здатна приймати самостійні рішення. Важливим складником мотивації має бути індивідуальна робота, спрямована на збільшення незалежності, самостійності. У цьому випадку автори методики рекомендують іноді використовувати такий прийом, як критика дій із запевненням, що, незважаючи на обговорювані недоліки, такого працівника все одно цінують.

7. Потреба ставити для себе сміливі, складні цілі і досягати їх. Переважною рисою людей із вираженою такою потребою є бажання все робити самим. Вони можуть добровільно викликатися працювати понаднормово і чесно викладатимуться на роботі. Однак перш ніж приступити до виконання завдання, вони мусять переконатися в тому, що поставлена мета піддається вимірюванню, оцінці. Вони інстинктивно уникатимуть діяльності, пов’язаної з невизначеністю, де важко або неможливо виміряти внесок і досягнення. Працівники, які прагнуть досягнень, зазначають Ш. Річі та П. Мартін, повинні завжди відчувати себе спонуканими якоюсь метою. Коли вони її позбавлені, життя втрачає певний сенс. Досягнувши поставленої мети, такі люди відчують кілька миттєвостей тріумфу, а потім невгамовність бере гору, і вони знову готові до досягнень.

Працівники такого типу не вміють керувати, але саме їх часто просувають на керівні посади. Через схильність до конкуренції їм буває важко працювати в команді.

Мотивація таких працівників полягає в чіткому визначенні мети й формуванні повної відданості їй. Велике значення має підготовка умов для концентрації їхньої енергії.

8. Потреба у впливовості і владі, прагнення керувати іншими – показник конкурентної напористості, оскільки передбачає обов’язкове порівняння з іншими людьми і вчинення на них впливу. На погляд Ш. Річі та П. Мартіна, той, хто намагається впливати, становить безумовний інтерес для будь-якої організації. При цьому ключове питання, яке слід розглянути, зводиться не тільки до здатності людини впливати, але й до того, в ім’я чого вона прагне виявляти вплив на оточення. Чи гуманний цей вплив, чи спрямований він на користь організації та делегування повноважень? Або лише на досягнення власних інтересів і виявляється в жорсткій руйнівній манері? Крім того, прагнення впливати майже завжди натрапляє на опір інших людей. Тому взаємини можуть стати неприязними й особливо проблематичними, коли працівникові, який виявляє владність і впливовість, бракує такту, дипломатичності, толерантності, іншими словами, усього того, що прийнято позначати поняттям “соціальний інтелект”. Мотивація таких людей полягає в

наданні можливості конструктивно впливати на інших для досягнення організаційних цілей. Причому навчання прийнятним методам впливу і прийомам реалізації влади, що включає практичне тренування, має становити важливу частину їх мотивації.

9. Потреба в різноманітності, перервах і стимуляції, прагнення уникати рутини. Вираженість цієї потреби вказує на тенденцію завжди перебувати у стані піднесеності, готовності до дій, прагненні змін. Таким людям необхідна постійна можливість перемикатися на щось нове. Із великою енергією взявшись за справу, незабаром починають відчувати нудьгу. Вони можуть майже несвідомо ухилятися від планування своєї діяльності. Якщо ж характер роботи передбачає постійні зміни і є потреба у припливі свіжої енергії та нових ініціативах, то такі люди якнайкраще підходять для подібної роботи.

У разі відсутності в процесі мотивації таких людей можливості надати їм вид діяльності, що передбачає елементи різноманітності, автори методики рекомендують, зокрема, зосередити їхню увагу на подальших стимулах: “Коли цей проект буде завершено, у вас буде чудова можливість зайнятися новою справою”.

Можна спробувати уявити незакінчену роботу як новий вид діяльності. Завдання керівника полягає в тому, аби постійно стимулювати такого працівника на виконання завдання, на завершення початого.

10. Потреба бути креативним, думаючим працівником, відкритим для нових ідей. Цей показник свідчить про тенденцію до прояву допитливості, цікавості і нетривіального мислення. Хоча ідеї, які вносить і яких прагне така людина, необов'язково будуть правильними чи прийнятними. За коректного управління такі працівники дуже корисні для будь-якої організації. Однак їхня креативність, як стверджують Ш. Річі та П. Мартін, має сфокусуватися на завданнях організації. Якщо креативність не можна сконцентрувати, її і не можна бути використати.

Для творчих особистостей дуже важливою є наявність права на помилку, оскільки в цьому вони дуже вразливі. Якщо корпоративна культура компанії не відрізняється толерантністю, кожна нарада обертається звинуваченнями і глузуваннями, то креативні працівники вважатимуть за краще не ділитися своїми ідеями.

11. Потреба в самовдосконаленні, зростанні й розвитку як особистості. Це показник бажання незалежності і самовдосконалення. Люди, які мають високу потребу в самовдосконаленні, оцінюють свою роботу саме з таких позицій. Персональне зростання спонукає їх до самостійності, яка у своєму крайньому вираженні може перетворюватися на бажання ні від кого не залежати.

Мотивація працівника з такими прагненнями вимагає від керівника вміння співвідносити те, до чого вони прагнуть, із тим, що необхідно організації. Як відзначають Ш. Річі та П. Мартін, саме обговорення цієї проблеми з працівником може відігравати мотивуючу роль, бо покаже йому, що керівник розуміє його потреби і прагне їх задовольнити.

Для мотивації таких працівників слід створювати ситуації, які б задовольняли їх актуальну потребу: періодично направляти на курси, семінари, залучати до навчання персоналу, виконання завдань, що вимагають саморозвитку.

12. Потреба в цікавій, суспільно корисній праці. Розробники методики наголошують, що прагнення цікавої і корисної роботи важливіше за інші чинники мотивації. Тут є широкі можливості для мотивації. Якщо у людини висока потреба в корисній і цікавій роботі, то завдання керівника полягає в організації діяльності таким чином, аби працівники могли сприймати її як цікаву й корисну, інакше інші мотиваційні чинники діють не на повну силу.

Потрібно з'ясувати, що саме вкладає конкретний працівник у поняття "цікава і корисна робота". Аби посилити сприйняття корисності роботи, доцільно роз'яснювати виконавцям ширший контекст, у рамках якого їхня конкретна робота має певний сенс.

2.3.4 Методика діагностики мотивації успіху і остраху невдачі (А. О. Реан)

Опитувальник було розроблено для діагностики мотивації успіху і остраху невдачі. Розробляючи його, автори виходили з того, що мотивація на успіх належить до позитивної мотивації. За такої мотивації людина, розпочинаючи справу, орієнтується на досягнення чогось конструктивного, позитивного. В основі активності людини лежить сподівання на успіх і потреба в досягненні успіху. Такі люди звичайно впевнені в собі, у своїх силах, відповідальні, ініціативні й активні. Їм властиві наполегливість у досягненні мети, цілеспрямованість.

Мотивація на невдачу належить до негативної мотивації. За такого типу мотивації активність людини пов'язана з потребою уникнути зриву, осудження, покарання, невдачі. В основі цієї мотивації ідея уникнення та ідея негативних очікувань. Починаючи справу, людина вже заздалегідь побоюється можливої невдачі, думає про шляхи уникнення цієї гіпотетичної невдачі, а не про способи досягнення успіху.

Люди, мотивовані на невдачу, звичайно відрізняються підвищеною тривожністю, низькою впевненістю у своїх силах. Намагаються уникати відповідальних завдань, а за необхідності вирішення надміру відповідальних завдань можуть впадати у стан, близький до панічного. У таких випадках ситуативна тривожність у них стає надзвичайно високою. Проте все це може поєднуватися з досить відповідальним ставленням до справи.

Інструкція. Відповідаючи на наведені нижче твердження, необхідно вибрати відповідь "так" або "ні". Якщо вам це складно зробити, то пам'ятайте, що "так" об'єднує і явне "так", і "скоріше так, аніж ні". Це стосується також і відповіді "ні": вона об'єднує явне "ні" і "скоріше ні, аніж так".

Відповідати на твердження необхідно швидко, довго не роздумуючи. Відповідь, яка першою спадає на думку, як правило, і є найточнішою.

Текст опитувальника

1. Включаючись у роботу, як правило, я оптимістично сподіваюся на успіх.
2. У діяльності я активний.
3. Я схильний до прояву ініціативності.
4. Під час виконання відповідальних завдань намагаюся по можливості знайти причини відмовитися від них.
5. Часто вибираю крайності: або занижено легкі завдання, або нереалістично високі за складністю.
6. Як правило, я не відступаю перед перешкодами і шукаю способи їх подолання.
7. У разі чергування успіхів і невдач схильний до переоцінювання своїх успіхів.
8. Продуктивність діяльності в основному залежить від моєї власної цілеспрямованості, а не від зовнішнього контролю.
9. Під час виконання досить важких завдань, в умовах обмеження часу результативність діяльності погіршується.
10. Схильний виявляти наполегливість у досягненні мети.
11. Схильний планувати своє майбутнє на досить віддалену перспективу.
12. Якщо ризикую, то, найімовірніше, із розумом, а не відчайдушно.
13. Не дуже наполегливий у досягненні мети, особливо якщо немає зовнішнього контролю.
14. Волю ставити перед собою середні за складністю або дещо завищені, але досяжні цілі, ніж нереально високі.
15. У разі невдачі під час виконання будь-якого завдання його привабливість, як правило, знижується.
16. У разі чергування успіхів і невдач схильний до переоцінювання своїх невдач.
17. Переважно планую своє майбутнє лише на найближчий час.
18. Під час роботи в умовах обмеження часу результативність діяльності поліпшується, навіть якщо завдання досить складне.
19. У разі невдачі під час виконання якоїсь справи, як правило, не відмовляюся від поставленої мети.
20. Якщо завдання вибрав собі сам, то в разі невдачі його привабливість ще більше зростає.

Обробка та інтерпретація результатів

За кожний збіг відповіді випробовуваного з ключем дається один бал. Підраховується загальна кількість набраних балів.

Відповідь “так”: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20.

Відповідь “ні”: 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.

Якщо кількість набраних балів від 1 до 7, то діагностується мотивація на невдачу (боязнь невдачі). Коли кількість набраних балів від 14 до 20, діагностується мотивація на успіх (надія на успіх). Якщо кількість набраних балів від 8 до 13, то слід вважати мотиваційний полюс яскраво невираженим.

При цьому можна мати на увазі, що за кількості балів 8 – 9 є певна тенденція мотивації на невдачу, а якщо кількість балів 12 – 13, то існує певна тенденція мотивації на успіх.

2.3.5 Тест сенсо-життєвих орієнтацій (в адаптації К. Муздибаєва)

Тест сенсо-життєвих орієнтацій (СЖО) є адаптованою версією тесту “Мета в житті” Дж. Крамбо і Л. Махоліка (Crumbaugh, Maholick, 1964). Методику було розроблено на основі теорії прагнення до смислу і логотерапії В. Франкла, її метою була емпірична валідизація низки уявлень про екзистенційний вакуум і ноогенні неврози. Сутність цих уявлень полягає в тому, що невдача в пошуку людиною сенсу свого життя (екзистенційна фрустрація) і відчуття втрати, що впливають з її змісту (екзистенційний вакуум), є причиною особливого класу захворювань – ноогенних неврозів. Спочатку автори прагнули показати, що методика вимірює саме ступінь “екзистенційного вакууму” в термінах Франкла, а також те, що останній є характерним для психічно хворих і його можна не ототожнювати із психічною патологією. Мету в житті, яку діагностує методика, автори визначають як переживання індивідом онтологічної значущості життя.

У ході подальшої роботи над методикою була створена шкала пошуку сенсо-життєвих цілей (розроблена Дж. Крамбо 1977 р.). Вона планувалась як додаткова шкала до тесту усвідомлюваності життя. За задумом автора, шкала має вимірювати силу мотиваційної тенденції до пошуку сенсу життя, тобто вона була зворотною до шкали “Мета в житті”: чим більше цілей у житті, тим менша потреба в їх пошуку.

Адаптацію цього тесту російською мовою вперше здійснив К. Муздибаєв. Під час спеціального дослідження було виявлено факторну структуру російськомовної версії тесту. Дослідження показало, що незважаючи на невеликий обсяг (20 пунктів) при факторному аналізі виділилися шість факторів, на підставі яких і виділено субшкали в остаточному варіанті СЖО. Цей варіант було стандартизовано на вибірці 200 осіб, чоловіків і жінок, у віці від 18 до 29 років.

Інструкція. Вам запропоновані пари протилежних тверджень. Ваше завдання вибрати одне з тверджень, яке, на ваш погляд, більше відповідає дійсності, і відзначити одну з цифр 1, 2, 3 залежно від того, наскільки ви впевнені у виборі (або 0, якщо обидва твердження вважаєте однаково правильними).

Бланк опитувальника

1	Зазвичай мені дуже скучно	3210123	Звичайно я наповнений енергією
2	Життя здається мені хвилюючим і захоплюючим	3210123	Життя здається мені цілком спокійним і рутинним
3	У житті я не маю певних цілей і намірів	3210123	У житті я маю дуже ясні цілі та наміри
4	Моє життя уявляється мені надто безглуздим	3210123	Моє життя уявляється мені надто осмисленим і цілеспрямованим

Кінець бланка

5	Кожний день здається мені завжди новим і несхожим на інші	3210123	Кожний день здається мені цілком схожим на всі інші
6	Коли я піду на пенсію, буду займатися цікавими речами, про які завжди мріяв	3210123	Коли я вийду на пенсію, намагатимуся не обтяжувати себе ніякими турботами
7	Моє життя склалося саме так, як я мріяв	3210123	Моє життя склалося зовсім не так, як я мріяв
8	Я не досяг успіхів у здійсненні своїх життєвих планів	3210123	Я здійснив багато того, що було мною заплановано в житті
9	Моє життя порожнє й нецікаве	3210123	Моє життя наповнене цікавими справами
10	Якби мені сьогодні довелося підбивати підсумок свого життя, то я б сказав, що воно було цілком осмисленим	3210123	Якби мені сьогодні довелося підбивати підсумок свого життя, то я б сказав, що воно не мало сенсу
11	Якби я міг вибирати, то побудував би своє життя зовсім по-іншому	3210123	Якби я зміг вибирати, то я би прожив життя ще раз так, як живу зараз
12	Коли я дивлюся на навколишній світ, він часто викликає в мене розгубленість і занепокоєння	3210123	Коли я дивлюся на навколишній світ, він зовсім не викликає в мене занепокоєння й розгубленості
13	Я – людина дуже обов'язкова	3210123	Я – людина зовсім не обов'язкова
14	Я вважаю, що людина має змогу здійснювати свій життєвий вибір за своїм бажанням	3210123	Я вважаю, що людина позбавлена можливості вибирати через вплив природних здібностей і обставин
15	Я безумовно можу назвати себе цілеспрямованою людиною	3210123	Я не можу назвати себе цілеспрямованою людиною
16	У житті я ще не знайшов свого покликання	3210123	У житті я знайшов своє покликання й цілі
17	Мої життєві погляди ще не визначилися	3210123	Мої життєві погляди цілком визначилися
18	Я вважаю, що мені вдалося знайти своє покликання і цікаві цілі в житті	3210123	Навряд чи я здатний знайти своє покликання й цікаві цілі в житті
19	Моє життя в моїх руках і я сам управляю ним	3210123	Моє життя не підвладне мені й управляється подіями ззовні
20	Мої повсякденні справи приносять мені задоволення і заспокоєння	3210123	Мої щоденні справи завдають мені суцільних неприємностей і переживань

Обробка та інтерпретація результатів

Для підрахунку балів необхідно перевести відзначені обстежуваним позиції на симетричній шкалі 3210123 в оцінки по висхідній або спадній асиметричній шкалі за таким правилом:

– у висхідну шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводяться пункти 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17;

– у спадну шкалу 7 6 5 4 3 2 1 переводяться пункти 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.

Після цього додаються бали асиметричних шкал, що відповідають позиціям, відзначеним обстежуваним.

Загальний показник орієнтації життя (ОЖ) – усі 20 пунктів тесту.

Субшкала 1 (Ціль) – пункти 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (Процес) – пункти 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (Результат) – пункти 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (Локус контролю–Я) – пункти 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (Локус контролю–життя) – пункти 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Норми оцінювання результатів наведено в табл. 2.18.

Таблиця 2.18 – Середні і стандартні відхилення субшкал і загального показника осмисленості життя

Шкали	Чоловіки		Жінки	
	х	σ	х	σ
1 – Цілі	32,90	5,92	29,38	6,24
2 – Процес	31,09	4,44	28,80	6,14
3 – Результат	25,46	4,30	23,30	4,95
4 – ЛК-Я	21,13	3,85	18,58	4,30
5 – ЛК-життя	30,14	5,80	28,70	6,10
Загальний показник ОЖ	103,10	15,03	95,76	16,54

Інтерпретація субшкал

Цілі в житті. Бали за цією шкалою характеризують наявність або відсутність у житті випробовуваного цілей у майбутньому, що додають життю сенсу, спрямованості, часової перспективи. Низькі бали за цією шкалою навіть за загального високого рівня ОЖ властиві людині, яка живе сьогоднішнім або вчорашнім днем. Разом із тим високі бали за цією шкалою можуть характеризувати не тільки цілеспрямовану людини, але і прожектера, плани якого не мають реального підґрунтя в сьогоднішні і не підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Ці два випадки нескладно розрізнити з огляду на показники за іншими шкалами СЖО.

Процес життя, чи інтерес і емоційна насиченість життя. Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити. Цей показник визначає, чи сприймає випробовуваний сам процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений змістом. Високі бали за цією шкалою і низькі за іншими характеризуватимуть гедоніста, який живе сьогоднішнім днем. Низькі бали за цією шкалою – ознака невдоволеності своїм життям сьогодні. При цьому йому можуть додавати повноцінного змісту спогади про минуле чи спрямованість у майбутнє.

Результативність життя, чи задоволеність самореалізацією. Бали за цією шкалою характеризують оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивною та осмисленою була його прожита частина. Високі бали за цією шкалою і низькі за іншими шкалами характеризуватимуть людину,

яка доживає своє життя, у якої все в минулому. Минуле здатне додати змісту залишку життя. Низькі бали – невдоволеність прожитою частиною життя.

Локус контролю-Я (Я – хазяїн життя). Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистість із достатньою волею вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до своїх цілей і уявлень про його зміст. Низькі бали – невіра у свої сили контролювати події власного життя.

Локус контролю-життя (керованість життя). За високих балів – переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вона вільна приймати рішення і втілювати їх у життя. Низькі бали – фаталізм, переконаність у тому, що життя людини не підвладне свідомому контролю, що воля вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

2.3.6 Шкала базових переконань (Р. Янов-Бульман)

Цей опитувальник розроблено в рамках когнітивної концепції базових переконань особистості. Відповідно до неї одним із базових відчуттів нормальної людини є відчуття безпеки. На думку американського психолога Р. Янов-Бульмана, воно засноване на трьох базових переконаннях, що становлять ядро нашого суб'єктивного світу.

1. Віра в те, що у світі більше добра, ніж зла. До цієї категорії належить ставлення до оточуючого світу взагалі і ставлення до людей зокрема.

2. Переконання, що світ повний сенсу. Зазвичай люди схильні вірити, що події відбуваються не випадково, а контролюються і підпорядковуються законам справедливості.

3. Переконання в цінності власного “Я”. Тут головне значення мають три аспекти: “Я хороша людина” (самооцінка), “Я правильно поведуся” (контроль) і оцінка власної успішності.

Базові переконання особистості можуть змінюватися під впливом перенесення нею травматичних подій, у результаті яких дуже руйнуються звичні життєві уявлення і схеми поведінки. Екстремальний негативний досвід настільки суперечить існуючій картині світу, що його усвідомлення викликає тривалі і тяжкі психологічні проблеми. Почуття безпорадності і втрати контролю над власним життям може зберігатися ще тривалий час після того, як зникнуть первісні симптоми посттравматичних розладів.

Таким чином, базові переконання як стосовно самого себе, так і оточуючого світу й людей можуть суттєво відрізнитися в осіб, які переживали травматичну подію, і тих, хто її не переживав.

Для діагностики базових переконань Р. Янов-Бульман розробив шкалу базових переконань, яка виявляє вісім категорій переконань, на основі яких вираховуються три вище зазначених базових переконання:

- прихильність світу (BW);
- доброта людей (BP);
- справедливість (J);
- контрольованість світу (C);

- випадковість як принцип розподілу подій, що відбуваються (R);
- цінність власного “Я” (SW);
- ступінь самоконтролю (контроль над подіями, що відбуваються) (SC);
- ступінь успіху чи везіння (L).

Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Інструкція. Оцініть, будь ласка, ступінь своєї згоди чи незгоди з кожним із тверджень.

Бланк опитувальника

№	Утверждения	Совершенно не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен
1	Неудача с меньшей вероятностью постигает достойных, хороших людей						
2	Люди по природе своей недружелюбны и злы						
3	Кого в этой жизни постигает несчастье – дело случая						
4	Человек по натуре добр						
5	В этом мире гораздо чаще происходит что-то хорошее, нежели плохое						
6	Течение нашей жизни во многом определяется случаем						
7	Как правило, люди имеют то, что заслуживают						
8	Я часто думаю, что во мне нет ничего хорошего						
9	В мире больше добра, чем зла						
10	Я вполне везучий человек						
11	Несчастья случаются с людьми из-за ошибок, которые они совершили						
12	В глубине души людей не очень волнует, что происходит с другими						
13	Обычно я поступаю таким образом, чтобы увеличить вероятность благоприятного для меня исхода дела						
14	Если человек хороший, к нему придет счастье и удача						
15	Жизнь слишком полна неопределенности – много зависит от случая						
16	Если задуматься, то мне очень часто везет						
17	Я почти всегда прикладываю усилия, чтобы предотвратить несчастья, которые могут случиться со мной						
18	Я о себе невысокого мнения						
19	В большинстве случаев хорошие люди получают то, чего заслуживают в жизни						
20	Собственными поступками мы можем предотвратить неприятности						

№	Утверждения	Совершенно не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен
21	Оглядываясь на свою жизнь, я понимаю, что случай был ко мне благосклонен						
22	Если принимать меры предосторожности, можно избежать несчастий						
23	Я предпринимаю действия, чтобы защитить себя от несчастий						
24	В общем-то, жизнь – это лотерея						
25	Мир прекрасен						
26	Люди в большинстве своем добры и готовы прийти на помощь						
27	Я обычно выбираю такую стратегию поведения, которая принесет мне максимальный выигрыш						
28	Я очень доволен тем, какой я человек						
29	Если случается несчастье, то обычно это потому, что люди не предприняли необходимых мер защиты						
30	Если посмотреть внимательно, то увидишь, что мир полон добра						
31	У меня есть причины стыдиться своего характера						
32	Я удачливее, чем большинство людей						

Обробка та інтерпретація результатів

До кожної з восьми шкал належать 4 твердження (див. ключ). Значення за кожною зі шкал визначається середнім арифметичним балом за відповідними твердженнями. Для прямих тверджень це бали, відмічені респондентом, а для зворотних (які помічені у ключі знаком “мінус”) – реверсивні значення (протилежні відміченим відносно середини шкали, тобто “1” відповідає “6”, “2” – “5”, “3” – “4” і так далі).

Первинні категорії переконань можуть також оцінюватися як 3 узагальнені напрямки:

а) загальне ставлення до прихильності оточуючого світу вираховується як середнє арифметичне між *BW* і *BP* (прихильність світу і доброта людей);

б) загальне ставлення до осмисленості світу, тобто контрольованість і справедливість подій, вираховується як середньоарифметичний показник між *J* (справедливість світу), *C* (контрольованість світу) і реверсивним *R* (випадковість). Для отримання показників реверсивного *R* потрібно додавати бали, зворотні набраним за *R* відносно середини шкали;

в) переконання стосовно власної цінності, здатність управляти подіями й успішність вираховуються як середньоарифметичне між *SW* (цінність “Я”, *SC* (самоконтроль) та *L* (удачливість).

Ключ:

BW: 5, 9, 25, 30;

BP: – 2, 4, – 12, 26;

J: 1, 7, 14, 19;

C: 11, 20, 22, 29;

R: 3, 6, 15, 24;

SW: – 8, – 18, 28, – 31;

SC: 13, 17, 23, 27;

L: 10, 16, 21, 32.

Цей опитувальник дозволяє порівняти базові переконання у різних груп людей, наприклад, тих, хто пережив різні види травматичного досвіду. Він може бути використаний в індивідуальній роботі: якщо показник за якоюсь із шкал сильно занижений, це слід брати до уваги під час надання психологічної підтримки. За нормою показники за всіма шкалами вище середніх, тобто не менше 3,5 бала. Дослідники вважають, що оптимістичніше ставлення до світу, оточення і до себе самого сприяють більшій психічній стабільності й успішності в повсякденному житті.

2.3.7 Оцінювання мотиваційної спрямованості особистості (Ю. Куль)

Методика Ю. Куля призначена виявляти загальну мотиваційну спрямованість людини в різних життєвих ситуаціях і прогнозувати ефективність поведінкової стратегії в ситуаціях успіху, неуспіху та планування діяльності.

Теоретичне підґрунтя методики становить теорія метакогнітивного контролю за діяльністю, розроблена Ю. Кулем. Її основними поняттями є два мотиваційних стани, або, за термінологією Ю. Куля, дві метакогнітивні директиви, що відповідають модусам контролю за діяльністю: акціональна і ситуаційна орієнтація.

Акціональна орієнтація у здійсненні контролю над діяльністю характеризується адекватним уявленням про цілі, особливості їх реалізації в наявних умовах, труднощі їх досягнення та шляхи подолання цих труднощів. Акціональна орієнтація передбачає рівномірний розподіл уваги і сил між цими аспектами здійснення контролю над діяльністю, що є запорукою ефективності його здійснення.

Ситуаційна орієнтація у здійсненні контролю над діяльністю характеризується підвищеною уважністю, контролем над одним чи деякими з аспектів її здійснення: постановки цілі, оцінювання ситуації її реалізації, визначення проблемних моментів і шляхів їх розв'язання. Проте зацикленість на одному з аспектів здійснення контролю знижує його загальну ефективність.

Методика містить 60 тверджень, що стосуються реальної поведінки обстежуваного в ситуації успіху, неуспіху і в плануванні своєї діяльності. Відповідно опитувальник має три шкали: контроль за діяльністю у ситуаціях неуспіху; контроль за діяльністю в успіху; контроль за діяльністю у плануванні. До кожної з них належать по 20 тверджень, які мають загальну частину і два продовження. Обстежуваний із двох можливих продовжень вибирає те, яке більшою мірою його стосується. Одне з них інтерпретується як прояв акціонально орієнтованого модусу контролю за діяльністю, інше – ситуаційно орієнтованого.

Інструкція. Перед вами набір тверджень, які слід співвідносити з особливостями вашого характеру або поведінки. Кожне із тверджень має дві можливі відповіді. Якщо стосовно вас справедлива відповідь а), то в бланку відповіді поставте *А*, якщо варіант б), то в бланку поставте *Б*. Не замислюйтеся довго над питаннями: “поганих” або “хороших” відповідей тут не буває. Найкраще – це перше, що спадає на думку. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Текст опитувальника

1. После нескольких безуспешных попыток:

- а) я довольно быстро принимаюсь за что-нибудь иное;
- б) мне совсем ничего не хочется делать.

2. Если бы я нашел верный способ выигрывать в игре:

- а) я вскоре начал бы искать другое занятие;
- б) я продолжал бы играть в течение длительного времени.

3. Когда мне приходится работать дома:

- а) я с трудом принимаюсь за дело;
- б) обычно я начинаю без раскочки.

4. Когда мою работу оценивают значительно ниже, чем я ожидал:

- а) я принимаюсь за нее с особой тщательностью;
- б) первое время мне вообще ничего не хочется делать.

5. Если я добился успеха в каком-то деле:

- а) я предпочитаю заниматься им дальше;
- б) мне хочется заняться после этого чем-то другим.

6. Если мне хочется повидаться со своим старым другом:

- а) я тут же стараюсь договориться о встрече;
- б) я планирую сделать это как-нибудь потом.

7. Когда я вижу, что у меня ничего не получается в каком-нибудь важном деле:

- а) я не могу заниматься ничем другим кроме него;
- б) я откладываю на время это дело и берусь за что-нибудь другое.

8. Если я добиваюсь больших успехов в своей работе:

- а) мне хочется продолжать работать именно в этой области;

- б) мне хочется заняться чем-нибудь абсолютно не связанным с тем делом,

где я достиг успеха.

9. *Когда я загружен разной работой:*

- а) я тщательно обдумываю, с чего мне начать;
- б) я сразу намечаю определенный план, которого затем придерживаюсь.

10. *Если вдруг что-то стряслось:*

- а) я несколько теряюсь и могу вести себя неразумно;
- б) я сразу принимаю необходимые меры.

11. *Если я успешно завершил какую-нибудь работу:*

- а) мне хочется на время заняться чем-нибудь другим;
- б) я стремлюсь сделать еще больше в этой области.

12. *Если из двух одинаково важных или интересных дел надо выбрать одно:*

- а) я делаю это довольно быстро;
- б) я тщательно обдумываю, какое из них следует выполнить в первую очередь.

13. *Если мне никак не удастся какое-нибудь дело:*

- а) я не успокаиваюсь до тех пор, пока не добьюсь своего или не увижу, что мне с ним не справиться;
- б) на некоторое время я переключаюсь на другие дела.

14. *В играх я предпочитаю, чтобы мой соперник:*

- а) был несколько слабее меня;
- б) был равным мне по силам или даже чуть сильнее.

15. *Если мне предстоит неприятная работа:*

- а) я предпочитаю разделаться с ней как можно скорее;
- б) я откладываю ее до последнего.

16. *Когда отдача не соответствует затраченным мною усилиям:*

- а) я испытываю сильное разочарование и предпочитаю этим больше вообще не заниматься;
- б) я начинаю работать с еще большим упорством.

17. *Если в игре я оказался значительно сильнее своего противника:*

- а) у меня пропадает интерес к игре;
- б) я с удовольствием продолжал бы играть с ним и дальше.

18. *Когда я занят важным делом:*

- а) меня легко отвлекают разные мелочи;
- б) я целиком на нем сосредотачиваюсь.

19. *Если у меня что-то не клеится:*

- а) это никак не дает мне покоя;
- б) я могу легко отвлечься от этого и, например, просто отдохнуть.

20. *Если я уже сыт, а еда очень вкусная:*

- а) мне трудно от неё оторваться;
- б) я больше не ем.

21. *Когда мне нужно срочно сделать важную работу:*

- а) я способен полностью на ней сосредоточиться;
- б) меня отвлекают и сбивают всякие мелочи.

22. Если со мной случилась неприятность:

- а) мне ничего не хочется делать;
- б) я стараюсь отвлечься каким-нибудь занятием.

23. Чтение интересной книги:

- а) я чередую с другими занятиями;
- б) настолько меня захватывает, что я не могу от неё оторваться.

24. Тяжелую и утомительную работу я начинаю выполнять:

- а) с наиболее сложного;
- б) с наиболее простого.

25. Если в течение целого дня меня преследуют неудачи:

- а) я прямо-таки не знаю, чем мне заняться;
- б) я продолжаю заниматься своими делами, как будто ничего не случилось.

26. Когда по телевизору интересная программа:

- а) я смотрю одну передачу за другой;
- б) вскоре мне все равно хочется заняться чем-нибудь другим.

27. Если я должен выполнить неприятную для меня работу:

- а) я стараюсь покончить с ней как можно скорее;
- б) я приступаю к ней далеко не сразу.

28. Если мне никак не удается дело, успех в котором для меня особенно важен:

- а) я с особой тщательностью стараюсь начать все сначала;
- б) мне становится трудно вообще что-либо делать.

29. Если я занят важным и интересным делом:

- а) вскоре мне все равно хочется заняться чем-нибудь другим;
- б) мне не хочется прерывать это занятия.

30. Если я наметил себе на определенное время какое-то дело:

- а) может получиться так, что в последний момент я меняю свои планы;
- б) я в любом случае выполняю то, что задумал.

31. Потеряв какую-нибудь ценную вещь:

- а) я подолгу об этом переживаю;
- б) я вскоре об этом забываю.

32. Если я читаю что-нибудь интересное:

- а) время от времени я переключаюсь на что-нибудь другое;
- б) я не могу оторваться.

33. Когда я узнаю о предстоящей серьёзной работе:

- а) я часто думаю: “Скорее бы она осталась позади!”;
- б) я думаю, что надо бы поскорее к ней приступить.

34. Если я потратил много времени зря, выполняя какую-нибудь работу:

- а) я долго переживаю неудачу;
- б) я быстро об этом забываю.

35. Если мне повезло там, где шансов на удачу почти не было:

- а) я еще долго возвращаюсь мысленно к этой ситуации;
- б) я быстро переключаюсь на другие дела.

36. Когда я сижу дома и мне хочется чем-нибудь заняться:

а) я довольно быстро нахожу себе занятие и особенно не раздумываю о других возможностях;

б) я предпочитаю рассмотреть несколько возможных вариантов, прежде чем выбрать один из них.

37. Если мне приходится делать то, что я не очень умею:

а) я стараюсь сделать это по мере своих возможностей;

б) меня больше волнует, как я выгляжу со стороны.

38. Если я добился в чем-то действительно большого успеха:

а) я довольно быстро начинаю думать о другом;

б) я долгое время постоянно мысленно возвращаюсь к своей удаче.

39. Когда я ничем особенно не занят и маюсь от скуки:

а) иногда я подолгу размышляю, чем бы мне заняться;

б) обычно я быстро нахожу себе занятие.

40. Когда вдруг падает на пол и разбивается ценная для меня вещь:

а) первая мысль, которая приходит мне в голову: “Что можно сделать?”;

б) я недоумеваю, как это могло случиться.

41. Если мои усилия вдруг оценены неожиданно высоко:

а) я не слишком долго помню об этом;

б) я долгое время втайне горжусь собой.

42. Если я никак не могу заставить себя приступить к выполнению сложной работы:

а) я начинаю думать, что она так и останется невыполненной;

б) я обдумываю, как бы мне ее выполнить по возможности приятным для себя способом.

43. Если кто-то отнесся ко мне с неприязнью:

а) это надолго портит мне настроение;

б) я огорчаюсь, но быстро об этом забываю.

44. Если я начинаю беседовать на интересную тему:

а) это может надолго увлечь меня;

б) вскоре мне хочется поговорить о чем-нибудь другом.

45. Когда мне приходится решать трудную задачу:

а) мне хочется оттянуть момент, когда я приступлю к ее решению;

б) я сразу начинаю над ней работать.

46. Если у меня что-то болит или я плохо себя чувствую:

а) мне это не мешает концентрироваться на своей работе;

б) это очень сильно отвлекает меня от работы.

47. Если бы я выиграл большую сумму денег (например, в лотерею):

а) я бы сразу начал думать, как их истратить;

б) я бы очень долго радовался, что мне повезло.

48. Если я вижу два примерно равноценных решения сложной проблемы:

а) я наугад выбираю одно из них, не особенно раздумывая;

б) я все же стараюсь разобраться, какое решение лучше.

49. *Когда приходится выполнять важный тест (контрольную работу) и я чувствую, что не очень-то справляюсь:*

- а) мне становится все труднее и труднее сосредоточиться на задании;
- б) я все равно сохраняю ясную голову.

50. *Когда мне преподносят подарок, который мне действительно нравится:*

- а) я долго радуюсь этому приятному сюрпризу;
- б) после первых восторгов я быстро переключаюсь на что-нибудь другое.

51. *Когда мне нужно позаниматься, чтобы подготовиться к экзамену:*

- а) я старательно обдумываю с чего начать;
- б) я не особенно об этом раздумываю – просто начинаю с того, что мне кажется наиболее существенным.

52. *Если мне необходимо написать письмо, а я никак не могу придумать с чего начать:*

- а) я на время откладываю это занятие в сторону и занимаюсь чем-нибудь другим;
- б) я не могу успокоиться, пока не доведу дело до конца.

53. *Если после серьезной травмы (заболевания) я узнаю от врача, что легко отделался (обошлось без последствий):*

- а) я быстро об этом забываю;
- б) я еще долго вспоминаю об этом с чувством облегчения.

54. *Если я наметил план в освоении чего-то нового и сложного:*

- а) сначала я буду придерживаться этого плана, прежде чем подумаю о других возможных вариантах;
- б) я еще раз, прежде чем начать, задумаюсь, нет ли более подходящего плана для осуществления намеченного.

55. *Когда я замечаю, что мною (моим хорошим отношением) воспользовались в корыстных целях:*

- а) меня долго беспокоит мысль об этом;
- б) я быстро об этом забываю.

56. *После того, как мне удалось интересно провести отпуск (каникулы):*

- а) я быстро включаюсь в текущие дела;
- б) мне трудно переключиться на текущие дела и заботы.

57. *Если передо мной стоит проблема, как использовать час свободного времени:*

- а) часто бывает, что я не могу найти подходящего занятия;
- б) мне довольно быстро приходит в голову, как провести это время.

58. *Если мой приятель говорит мне что-то неприятное:*

- а) меня это очень сильно задевает и я не могу найти нужный ответ;
- б) я пытаюсь выяснить, в чем дело.

59. *Когда мне удается поставить на место человека, который вывел меня из себя:*

- а) я считаю, что этот вопрос исчерпан и больше к нему не возвращаюсь;
- б) я еще долго и с удовольствием вспоминаю об этом.

60. Если я запланировал купить только одну вещь, а мне попадает сразу несколько подходящих:

а) я тщательно обдумываю, какую же из них выбрать;

б) обычно я не задумываюсь над выбором и довольно быстро принимаю решение.

Обробка та інтерпретація результатів

Під час обробки даних обстеження за допомогою ключа (табл. 2.19) підраховується сума балів за кожною шкалою, яка і є числовим вираженням акціонально чи ситуаційно орієнтованого модусу контролю за діяльністю. Сума балів менше десяти за кожною шкалою інтерпретується як прояв ситуаційної орієнтації, більше десяти – як акціональної.

Таблиця 2.19 – Ключі до методики Ю. Куля

Неуспіх		Успіх		Планування	
1	б	2	б	3	а
4	б	5	а	6	б
7	а	8	а	9	а
10	а	11	б	12	б
13	а	14	а	15	б
16	а	17	б	18	а
19	а	20	а	21	б
22	а	23	б	24	б
25	а	26	а	27	б
28	б	29	б	30	а
31	а	32	б	33	а
34	а	35	а	36	б
37	б	38	б	39	а
40	б	41	б	42	а
43	а	44	а	45	а
46	б	47	б	48	б
49	а	50	а	51	а
52	б	53	б	54	б
55	а	56	б	57	а
58	а	59	б	60	а

Більше 10 балів у ситуації неуспіху. Обстежуваний із такими показниками в ситуаціях неуспіху здатен продовжувати більш-менш рівномірно розподіляти увагу й сили між контролем досягнення загальної і окремих цілей діяльності, поточною оцінкою ситуації їх реалізації та розв'язанням труднощів, що виникли. Не застрягає на окремих аспектах здійснення контролю над цією діяльністю, що дозволяє розраховувати на досягнення поставлених цілей чи принаймні уникнення хаотичності в діях.

Менше 10 балів у ситуації неуспіху. Обстежуваний із такими показниками в ситуаціях неуспіху схильний до ситуаційної орієнтації у здійсненні контролю над діяльністю. Застрягає на окремих аспектах здійснення поточного контролю діяльності (наприклад, на визначенні наступних кроків для досягнення цілей діяльності, визначенні рівня складності ситуації (її переоцінювання чи,

навпаки, недооцінювання), можливих проблемах і ресурсах для їх подолання), унаслідок чого може значно відхилитися від досягнення поставленої мети.

Більше 10 балів у ситуації успіху. Обстежуваний із такими показниками в ситуаціях успіху схильний до акціональної орієнтації у здійсненні контролю. Досягнення успіху в окремих аспектах виконуваної діяльності не знижує уважності до інших, що дозволяє розраховувати на досягнення поставленої мети.

Менше 10 балів у ситуації успіху. Обстежуваний із такими показниками в ситуаціях успіху схильний до ситуаційної орієнтації у здійсненні контролю. Занадто захоплюється одними аспектами діяльності і нехтує іншими, що, попри окремі успіхи в діяльності, може призводити до недосягнення поставленої мети чи значних відхилень у її досягненні.

Більше 10 балів у ситуації планування. Обстежуваний із такими показниками у ситуаціях планування схильний до акціональної орієнтації у здійсненні контролю. Приділяє рівну увагу всім аспектам планування: від визначення проміжних цілей досягнення поставленої мети, моніторингу ситуації їх реалізації, до прогнозу можливих проблемних моментів і шляхів їх розв'язання. Усі аспекти планування достатньо пророблені, що дозволяє розраховувати на його ефективність.

Менше 10 балів у ситуації планування. Обстежуваний із такими показниками схильний до ситуаційної орієнтації у здійсненні контролю над діяльністю з планування. Захоплюється детальним проробленням окремих аспектів і менш уважний до інших, що ставить під сумнів ефективність такого планування.

2.3.8 Колірний тест відношень (А. М. Еткінд)

Колірний тест відношень (КТВ), розроблений А. М. Еткіндом, відображає як свідомий, так і частково несвідомий рівні відношення, його емоційний аспект. Відомо, що мотивація безпосередньо пов'язана з емоціями. Так, незадоволеність значущих потреб, неможливість реалізувати домінуючі прагнення викликають фрустрацію, активні й негативні емоції, спрямовані на запобігання або подолання перешкод. У свою чергу, задоволеність мотиву, позитивні очікування викликають у людини зацікавлення, радість, здивування, тобто позитивні емоції.

Таким чином, за допомогою стандартизованої процедури обстеження можна отримати інформацію про внутрішню значущість мотивів (стимулів), ієрархію мотиваційної сфери, а також про пов'язані з ними очікування, конфлікти.

Як стимульний матеріал до тесту використовують стандартний набір тесту Люшера.

Кольори, які використовують у КТВ, означають особистісні значущі емоційні переживання:

- 1) жовтий – активний за низької моральної оцінки;

- 2) червоний – активність, екстраверсія;
- 3) синій – висока моральна оцінка;
- 4) зелений – домінуючий, інтроверт;
- 5) фіолетовий – егоїзм, не відвертий;
- 6) коричневий – слабкість, відношення залежності;
- 7) чорний – негативні якості, відраза;
- 8) сірий – слабкий, пасивний.

Процедура обстеження

Для діагностики професійної мотивації пропонується процедура, що була розроблена співробітниками науково-дослідної лабораторії Харківського національного університету внутрішніх справ Д. О. Кобзіним та А. П. Москаленком для дослідження особливостей мотивації працівників правоохоронних органів.

Процедура колірного тесту відношення передбачає проведення трьох типів завдань (етапів).

1. Психолог складає список понять, котрі мають для обстежуваного певне значення, серед яких мають бути мотиви і цінності. Для дослідження особливості мотивації осіб, що вступають на службу до лав Національної гвардії України (і представників інших правоохоронних та силових структур), можна використовувати такі поняття: “Моя робота”; “Професійний обов’язок”; “Моя сім’я”; “Охорона” (або, наприклад, “охорона закону”); “Пільги”; “Гроші”; “Престиж”; “Зв’язки”; “Кар’єра”; “Авторитет”; “Романтика”; “Можливість бути корисним”; “Влада”; “Моє майбутнє”; “Я”; “Я-ідеальний”.

Цей список доповнюється поняттями, що відображають значущі явища для конкретного претендента. Вони з’ясовуються в попередній бесіді.

2. Колірна асоціативна розкладка. Перед випробовуванням розкладаються кольори Люшера у випадковому порядку і дається така інструкція: “Вам потрібно підібрати до кожного з понять (поняття послідовно наводяться психологом) відповідні кольори. Кольори слід підбирати не за випадковими ознаками, а за власним відчуттям. Із яким кольором у вас особисто асоціюється певне поняття. Вибрані кольори можуть повторюватися”.

Треба внести уточнення. Існують два варіанти проведення тесту, які відрізняються способом колірних асоціацій. У скороченому варіанті досліджуваному потрібно підібрати до кожного поняття тільки один колір із восьми. У повному варіанті всі вісім кольорів ранжуються від найбільш до найменш відповідного щодо кожного поняття. Порядок кольорів записується навпроти оцінюваного поняття (мотиву).

3. Розкладання кольорів за тестом Люшера. Досліджуваному пропонують розкласти кольори від найприємнішого до найменш приємного. Психолог фіксує розкладку кольорів за ступенем приємності. Це контрольна розкладка, з якою порівнюються всі інші, тому є обов’язковим етапом процедури проведення КТВ. Як контрольну можна використовувати асоціативну розкладку до понять “Я”, “Я-ідеальний”, “Моє майбутнє”.

Для виконання процедури КТВ із повною розкладкою можна використовувати реєстраційний бланк.

	Моя робота	Романтика	Влада	Можливість бути корисним	Професійний обов'язок	Моя сім'я	Охорона	Пільги	Гроші	Престиж	Зв'язки	Кар'єра	Авторитет	Моє майбутнє	Я	Я-ідеальний	Розкладка за ступенем приємності
Синій																	
Зелений																	
Червоний																	
Жовтий																	
Фіолетовий																	
Коричневий																	
Чорний																	
Сірий																	

У цей бланк навпроти назв кольорів вноситься їх порядковий номер, який вони мають у тій чи іншій розкладці, назви цих розкладок наведено у верхній частині таблиці. Така форма заповнення значно полегшує статистичну обробку. Для перенесення цих даних в Excel потрібно прокорелювати всі стовпчики (розкладки за конкретним мотивом) з останнім. Цей показник кореляції і свідчитиме про їх значущість. Оцінювання робиться за загальним правилом: чим ближче показник до 1, тим більш значущим (привабливим) є мотив.

Як бачимо, у процедуру введено ще два поняття, які не стосуються мотивації: “Я” та “Я-ідеальний”. Це відкриває додаткові можливості. Так, кореляція всіх стовпчиків (розкладок за конкретними мотивами) із передостанніми (“Я” та “Я-ідеальний”) показують, наскільки людина ідентифікується з виконанням різних видів діяльності, що відповідають вибраній професії, або наскільки виконання цих видів діяльності відповідає її ідеальним уявленням про себе. Наприклад, наскільки обстежуваний ідентифікується з почуттям обов'язку, можливістю бути корисним, чи він ідентифікується з владою, грошима тощо.

Крім того, за допомогою такої процедури можна з'ясувати ставлення до себе на несвідомому рівні. Для цього потрібно прокорелювати стовпчик “Я” зі стовпчиком “Розкладка за ступенем приємності”. Чим ближче отриманий показник кореляції до одиниці, тим у досліджуваного позитивніше ставлення до себе.

Ця процедура дозволяє робити попередній прогноз щодо бажання й надалі продовжувати службу. Для цього можна скорелювати стовпчик “Моє майбутнє” зі стовпчиком “Моя робота”. Чим більше показник кореляції між ними наближається до одиниці, тим більшою мірою обстежуваний пов'язує своє майбутнє з професією.

Для короткого варіанта використовують дещо інший реєстраційний бланк, що складається з двох частин.

	Поняття, що оцінюються	Колір, з яким асоціюється поняття	Порядковий номер кольору в розкладці за ступенем приємності (ранг 1)	Порядковий номер кольору в розкладці до поняття “Я” (ранг 2)	Порядковий номер кольору у розкладці до поняття “Я-ідеальний” (ранг 3)	Порядковий номер кольору в розкладці кольорів до поняття “Моє майбутнє” (ранг 4)
1	Моя робота					
2	Романтика					
3	Влада					
4	Можливість бути корисним					
5	Професійні обов'язки					
6	Моя сім'я					
7	Охорона					
8	Пільги					
9	Гроші					
10	Престиж					
11	Зв'язки					
12	Кар'єра					
13	Авторитет					

	Поняття, до яких робиться повна розкладка	Назви кольорів у вибраній послідовності							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Я								
2	Я-ідеальний								
3	Моє майбутнє								
4	За ступенем приємності для себе								

Спочатку в першій таблиці заповнюється стовпчик, у який вносять кольори, вибрані обстежуваним для кожного із запропонованих понять.

Потім обстежуваного просять зробити повні колірні розкладки до понять “Я”, “Я-ідеальний”, “Моє майбутнє” і насамкінець розкласти кольори за ступенем приємності для себе. Ці чотири розкладки є контрольними: з ними порівнюються попередні вибори. Для їх фіксації використовують другу половину бланка. У ній можна записувати назви кольорів у послідовності, розкладеній обстежуваним, чи за номерами, які відповідають цим назвам: синій – 1, зелений – 2, червоний – 3, жовтий – 4, фіолетовий – 5, коричневий – 6, чорний – 7, сірий – 0.

Кількісна обробка за коротким варіантом не потребує використання комп'ютера і досить проста. За кожною із запропонованих розкладок установлюють місце (порядковий номер), яке займає вибраний до кожного поняття колір. Це місце називається рангом. Чим менше ранг (тобто чим раніше

в контрольній розкладці стоїть колір), тим більший зв'язок оцінюваного поняття з контрольним. Для зручності отримані ранги вносяться в першу половину реєстраційного бланка.

Ранг 1 показує, наскільки значущим є той чи інший мотив професійної діяльності. Чим менше ранг, тим більша значущість.

Ранги 2 і 3 показують, наскільки людина ідентифікується з виконуваною професійною діяльністю, виконанням її мотивів (у реальності і в ідеалі, так би мовити, у власному потенціалі).

Ранг 4 показує, наскільки людина бачить виконання цих мотивів у своєму майбутньому.

Чим нижче ранг, тим більше людина пов'язує конкретний мотив зі своїм майбутнім.

Крім такої кількісної обробки здійснюється і *якісний аналіз* зроблених виборів кольорів. Цей аналіз полягає в тому, що дослідник аналізує, з яким саме кольором (чи якою послідовністю кольорів) асоціюється той чи інший мотив, на які мотиви вибираються однакові кольори, які кольори відкидаються (займають останню позицію в розкладці) при асоціаціях кольорів із тим чи іншим мотивом.

Наприклад, Л.І. Соломін дає таку характеристику відповідності потреб кольорам за тестом Люшера (табл. 2.20).

Таблиця 2.20 – Відповідність потреб кольорам за тестом Люшера

№	Назва кольору	Надання переваги кольору	Відкидання кольору
1	Синій	Прагнення згоди, довіри, розуміння, співчуття, відсутності конфлікту, дружніх стосунків, любові, прихильності, спокою	Порушення стосунків, самотність, неспокій
2	Зелений	Прагнення самоствердження, підвищення статусу, влади, поваги, визнання, переваги, упевненості, незалежності, настійливості, оборони	Брак визнання, примус, приниження, образа, нездатність до опору
3	Червоний	Прагнення досягнення успіху, ініціативи, наступу, діяльності, боротьби, збудження	Перезбудження, роздратованість, безсилля, утома, захист
4	Жовтий	Прагнення змін, виходу, звільнення, розслаблення, очікування, надії на удачу і випадок, оптимізм, уникнення проблем	Розчарування, відчай, підозри, недовіра
5	Фіолетовий	Прагнення ототожнення, ідентифікації з кимось, еротичне і естетичне прагнення, бажання подобатися, звертати на себе увагу, справляти враження, отримувати схвалення	Придушення відчуттів, раціональність, контроль, сором'язливість, прагнення бути непомітним
6	Коричневий	Прагнення фізичного комфорту, безпеки, відпочинку, чуттєвого задоволення, хворобливий стан, слабкість, утома, голод	Витіснення фізичних потреб, самообмеження, заперечення слабкостей
7	Чорний	Прагнення руйнації, агресія, вороже ставлення, негативізм, протест, неприязнь, відмова	Заперечення і придушення агресії
0	Сірий	Бажання уникнути участі, зникнути, маскуванню, утаювання	Активне включення в ситуацію

Бланк відповідей (повний варіант)

	Моя робота	Романтика	Влада	Можливість бути корисним	Професійний обов'язок	Моя сім'я	Охорона закону	Пільги	Гроші	Престиж	Зв'язки	Кар'єра	Авторитет	Моє майбутнє	Я	Я-ідеальний	Розкладка за ступенем приємності
Синій																	
Зелений																	
Червоний																	
Жовтий																	
Фіолетовий																	
Коричневий																	
Чорний																	
Сірий																	

Бланк відповідей (скорочений варіант)

	Поняття, що оцінюються	Колір, з яким асоціюється поняття	Порядковий номер кольору в розкладці за ступенем приємності (ранг 1)	Порядковий номер кольору в розкладці до поняття "Я" (ранг 2)	Порядковий номер кольору в розкладці до поняття "Я-ідеальний" (ранг 3)	Порядковий номер кольору в розкладці кольорів до поняття "Моє майбутнє" (ранг 4)
1	Моя робота					
2	Романтика					
3	Влада					
4	Можливість бути корисним					
5	Професійні обов'язки					
6	Моя сім'я					
7	Охорона закону					
8	Пільги					
9	Гроші					
10	Престиж					
11	Зв'язки					
12	Кар'єра					
13	Авторитет					

	Поняття, до яких робиться повна розкладка	Назви кольорів у вибраній послідовності							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Я								
2	Я-ідеальний								
3	Моє майбутнє								
4	За ступенем приємності для себе								

2.3.9 Методика для вивчення цінностей особистості “Профіль особистості” (Ш. Шварц)

“Профіль особистості” являє собою частину методики Ш. Шварца для вивчення цінностей особистості. В основу покладено авторську концепцію про мотиваційні цілі ціннісних орієнтацій і універсальність базових людських цінностей.

Автор виходив із припущення, що найістотніший змістовний аспект, що відрізняє цінності, це тип мотиваційних цілей, які вони виражають. Тому він згрупував окремі цінності в типи відповідно до їх мети, обґрунтовуючи це тим, що базові людські цінності, які з високою вірогідністю виділяються в усіх культурах, – це ті, які представляють універсальні потреби людського існування (біологічні потреби, необхідність координації соціальної взаємодії і вимоги функціонування групи). Дослідник виділяє 10 таких груп: влада, досягнення, гедонізм, стимуляція, самостійність, універсалізм, доброта, традиція, конформність, безпека.

Ці типи цінностей організовані у дві біполярні осі вимірювання:

- 1) “відкритість змінам” (самостійність, стимуляція) – “консерватизм” (безпека, конформність, традиції);
- 2) “самопіднесення” (влада, досягнення) – “самотрансцендентність” (універсалізм, доброта).

Гедонізм містить такі елементи, як відкритість до змін, самопіднесення.

Складова методики “Профіль особистості” призначена для вивчення цінностей на рівні поведінки, тобто індивідуальні пріоритети, які найчастіше виявляються в соціальній поведінці особистості. Вона складається із 40 описів людини, що відповідають тому чи іншому із 10 типів цінностей. Досліджуваного просять оцінити, чи схожа на нього описана в опитувальнику людина, якщо так, то наскільки.

Інструкція. Нижче наведені описи деяких людей. Будь ласка, прочитайте кожний опис і подумайте, наскільки кожна людина схожа або не схожа на вас. Поставте хрестик в одній із клітинок праворуч, яка показує, наскільки описувана людина схожа на вас.

	Дуже схожа на мене	Схожа на мене	Певною мірою схожа на мене	Трохи схожа на мене	Не схожа на мене	Зовсім не схожа на мене
1. Придумувати щось нове і бути винахідливим важливо для нього. Він воліє діяти на власний розсуд, на свій лад						
2. Для нього важливо бути багатим. Він хоче, щоб у нього було багато грошей і дорогих речей						
3. Він вважає, що важливо, аби з кожною людиною в світі зверталися однаково. Він вірить, що в усіх мають бути рівні можливості в житті						
4. Для нього дуже важливо показати свої здібності. Він хоче, щоб люди захоплювалися тим, що він робить						
5. Для нього важливо жити в безпечному оточенні. Він уникає всього, що може загрожувати його безпеці						
6. Для нього важливо робити багато різних справ у житті. Він завжди прагне новизни						
7. Він вірить, що люди повинні робити те, що їм кажуть. Він вважає, що люди мусять дотримуватися правил завжди, навіть коли ніхто не вірить						
8. Для нього важливо вислухати думку людей, яка відрізняється від його поглядів. Навіть якщо не згоден із нею, він все одно хоче її зрозуміти						
9. Він вважає, що важливо не просити більшого, ніж маєш. Він вірить, що люди повинні задовольнятися тим, що в них є						
10. Він завжди шукає привід для розваги. Важливо робити те, що приносить йому задоволення						
11. Для нього важливо самому вирішувати, що робити. Йому подобається бути вільним у плануванні і виборі своєї діяльності						
12. Для нього важливо допомагати оточенню. Він хоче піклуватися про його благополуччя						
13. Для нього дуже важливо досягти успіху в житті. Йому подобається справляти враження на інших людей						
14. Для нього дуже важлива безпека його країни. Він вважає, що держава повинна бути готовою до захисту від зовнішньої і внутрішньої загроз						
15. Він любить ризикувати. Він завжди шукає пригод						
16. Для нього важливо завжди поводитися належним чином. Він хоче уникати дій, які люди вважали б неправильними						
17. Для нього важливо бути лідером і вказувати іншим, що робити. Він хоче, щоб люди робили те, що він говорить						
18. Для нього важливо бути відданим своїм друзям. Він хоче присвятити себе своїм близьким						
19. Він щиро вірить, що люди повинні дбати про природу. Дбати про довкілля важливо для нього						
20. Бути релігійним важливо для нього. Він дуже старається слідувати своїм релігійним переконанням						

	Дуже схожа на мене	Схожа на мене	Певною мірою схожа на мене	Трохи схожа на мене	Не схожа на мене	Зовсім не схожа на мене
21. Для нього важливо, щоб речі були в порядку і в чистоті. Йому, дійсно, не подобається безлад						
22. Він вважає, що важливо цікавитися багатьма речами. Йому подобається бути допитливим і намагатися зрозуміти різні речі						
23. Він вважає, що всі народи світу повинні жити в гармонії. Сприяти встановленню миру між усіма групами людей на землі важливо для нього						
24. Він думає, що важливо бути честюлюбним. Йому хочеться показати, наскільки він здібний						
25. Він вважає, що найкраще дотримуватися установлених традицій. Для нього важливо дотримуватися звичаїв, які він засвоїв						
26. Для нього важливо отримувати задоволення від життя. Йому подобається балувати себе						
27. Для нього важливо бути чуйним до потреб інших людей. Він намагається підтримувати тих, кого знає						
28. Він вважає, що завжди повинен виявляти повагу до своїх батьків і людей старшого віку. Для нього важливо бути слухняним						
29. Він хоче, щоб до всіх ставилися справедливо, і навіть до тих, кого він не знає. Для нього важливо захищати слабких						
30. Він любить несподіванки. Для нього важливо, щоб його життя було повним яскравих вражень						
31. Він дуже старається не захворіти. Збереження здоров'я край важливо для нього						
32. Просування вперед у житті важливе для нього. Він прагне робити все краще за інших						
33. Для нього важливо прощати людей, які його образили. Він намагається бачити в них хороше і не ображатися						
34. Для нього важливо бути незалежним. Йому подобається покладатися на себе						
35. Мати стабільний уряд важливо для нього. Він турбується про збереження громадського порядку						
36. Для нього дуже важливо весь час бути ввічливим з іншими людьми. Він намагається ніколи не дратувати і не турбувати інших						
37. Він по-справжньому хоче насолоджуватися життям. Добре проводити час дуже важливо для нього						
38. Для нього важливо бути скромним. Він намагається не привертати до себе уваги						
39. Він завжди хоче бути тим, хто приймає рішення. Йому подобається бути лідером						
40. Для нього важливо пристосовуватися до природи, бути її частиною. Він вірить, що люди не повинні змінювати природу						

Обробка та інтерпретація результатів

Обчислити кількість відповідей “так” за кожною шкалою опитувальника згідно з ключем (табл. 2.21).

Таблиця 2.21 – Ключ для обробки результатів

Тип цінностей	Номери пунктів опитувальника
	Профіль особистості (рівень індивідуальних пріоритетів)
Конформність	7, 16, 28, 36
Традиції	9, 20, 25, 38
Доброта	12, 18, 27, 33
Універсалізм	3, 8, 19, 23, 29, 40
Самостійність	1, 11, 22, 34
Стимуляція	6, 15, 30
Гедонізм	10, 26, 37
Досягнення	4, 13, 24, 32
Влада	2, 17, 39
Безпека	5, 14, 21, 31, 35

Смислова інтерпретація шкал:

- 1) влада – соціальний статус, домінування над людьми й ресурсами;
- 2) досягнення – особистий успіх відповідно до соціальних стандартів;
- 3) гедонізм – насолода чи чуттєві задоволення;
- 4) стимуляція – хвилювання, новизна;
- 5) самостійність – самостійність думок і дій;
- 6) універсалізм – розуміння, терпимість і захист благополуччя всіх людей і природи;
- 7) доброта – збереження і підвищення благополуччя близьких людей;
- 8) традиція – повага і відповідальність за культурні й релігійні звичаї та ідеї;
- 9) конформність – стримування дій і потягів, які можуть нашкодити іншим і які не відповідають соціальним очікуванням;
- 10) безпека – безпека і стабільність суспільства, стосунків і самого себе.

2.4 Дослідження компонентів саморегуляції особистості військовослужбовця Національної гвардії України

У період зрілості набирає чинності смислова регуляція, пов’язана зі сприйняттям себе в контексті світу в цілому, з усвідомленням своєї причетності до світу. Вітчизняні дослідники розглядають локус контролю як міру зв’язку між мотивацією і самосвідомістю. По суті, наявність інтернального контролю є показником того, що людина реалізує свою внутрішню мотивацію, екстернального – зовні задану мотивацію. Реалізуючи свою мотивацію, людина бере відповідальність на себе. Зниження інтернальності може бути показником захисних процесів. Крайні показники інтернальності можуть призводити до самозвинувачувальної поведінки і депресії. Як уже зазначалося, для

діагностики локусу контролю добре зарекомендувала себе методика Є. Г. Ксенофонтової.

Під час групових обстежень показники позитивної кореляції між локусом контролю і тими чи іншими показниками цінностей, потреб, сенсів указують на те, які з них є метою діяльності в цих групах. Негативні ж показники кореляції визначають, які з мотиваційних аспектів виступають як засоби.

Дослідження саморегуляції військовослужбовців НГУ будується на перетині досліджень діяльності та особистості з урахуванням механізмів адаптації.

Дослідження особливостей діяльності військовослужбовців (та адаптації до неї) має враховувати, що вона може мати повсякденний і екстремальний характер. Це позначається на вимогах до особистості військовослужбовця. Сьогодні розроблено психодіагностичні методики, які дозволяють визначати вимоги й ресурси як повсякденної, так і екстремальної (бойової) діяльності військовослужбовців.

Дослідження особливостей саморегуляції військовослужбовців урахує її складну структуру і містить два блоки методик: перший – для дослідження структурно-функціональних характеристик саморегуляції; другий – для дослідження її змістовно-психологічних характеристик. Зазвичай структура саморегуляції будується навколо процесу досягнення мети. Проте певні види саморегуляції описуються через категорію оптимального переживання, на що також слід зважати при побудові дослідження особливостей структури саморегуляції.

Існуюча традиція дослідження змістовно-психологічного блоку саморегуляції вимагає вивчення особливостей самосвідомості, мотивації, інтернальності, здібностей, особливостей емоційної, вольової, інтелектуальної, ціннісно-сислової сфер. Дослідження саморегуляції в екстремальних умовах традиційно потребує визначення показників життестійкості та використовуваних копінгів.

Із практичної точки зору ефективність саморегуляції оцінюється через ефективність професійної діяльності і через стійкість до психологічної травматизації в екстремальних (бойових) умовах.

Сучасною концепцією адаптації до звичайних і екстремальних умов життєдіяльності є концепція психологічної безпеки особистості, розроблена професором І. І. Приходьком. Забезпечення психологічної безпеки особистості передбачає дію морально-комунікативного, мотиваційно-вольового, ціннісно-сислового блоків і блоку внутрішнього благополуччя. Психологічна безпека передбачає збереження не тільки і не стільки фізичної цілісності, скільки збереження способу життя, того, що є важливим, чого прагне особистість, її здатності до самореалізації. Категорія саморегуляції військовослужбовців НГУ охоплюється феноменом психологічної безпеки особистості і може описуватися за його допомогою.

Як і психологічна безпека особистості, саморегуляція є інтегральним психологічним феноменом, дослідження якого передбачає включення значної

кількості змінних. У таких дослідженнях перевага має надаватися комплексним методикам, які дозволяють охопити відразу кілька психологічних характеристик (таким, як методика Р. Кеттелла) та експрес-методикам, які у вивченні окремих феноменів передбачають значно менше навантаження на обстежуваних, ніж їх повна версія.

Критеріями типології саморегуляції військовослужбовців під час реалізації призначеної для цього процедури кластерного аналізу є ефективність саморегуляції в різних умовах здійснення професійної діяльності. Відповідно до цього вибірка військовослужбовців має складатись із військовослужбовців, які мають різний досвід професійної діяльності (повсякденна та бойова) і показують її різну ефективність.

Отже, зупинімося на докладнішому інструментарії з вивчення особливостей саморегуляції особистості військовослужбовця НГУ.

2.4.1 Методика “Локус контролю” (у модифікації Є. Г. Ксенофонтової)

Ця методика являє собою нову версію методики “Рівень суб’єктивного контролю” – класичної методики дослідження інтернальності-екстернальності людини. Автором цієї модифікації є Є. Г. Ксенофонтова.

Методика “Локус контролю” дозволяє вивчати внутрішню спрямованість особистості військовослужбовця, здатність усвідомлювати і брати на себе відповідальність за прийняття рішень і виконані дії.

Ця модифікація на відміну від РСК має не 44, а 40 тверджень, з якими респондент може погоджуватися або ні. Низку тверджень було переформульовано і вони стали зрозумілішими.

Факторизацію опитувальника Є. Ксенофонтова здійснила наново, у результаті чого за його допомогою можна досліджувати 17 параметрів інтернальності:

- 1) загальна інтернальність;
- 2) інтернальність у судженнях про життя взагалі;
- 3) інтернальність в описі особистого досвіду;
- 4) інтернальність у сфері досягнень;
- 5) інтернальність у сфері невдач;
- 6) схильність до самозвинувачення;
- 7) інтернальність у професійній діяльності;
- 8) професійно-соціальний аспект інтернальності;
- 9) професійно-процесуальний аспект інтернальності;
- 10) інтернальність у міжособистісному спілкуванні;
- 11) компетентність у сфері міжособистісних стосунків;
- 12) відповідальність у сфері міжособистісних стосунків;
- 13) інтернальність у сфері сімейних стосунків;
- 14) інтернальність у сфері здоров’я;
- 15) заперечення активності;
- 16) готовність до діяльності, пов’язаної з подоланням труднощів;

17) готовність до самостійного планування, здійснення діяльності і відповідальності за неї.

Наведені параметри мають різний рівень узагальнення і відповідно різний пояснювальний потенціал.

Шкала “Загальна інтернальність” охоплює всі пункти опитувальника. Високі показники за шкалою характеризують інтернала, тобто людину із внутрішнім локусом контролю, що виявляється в різноманітних життєвих ситуаціях. Такі люди відрізняються впевненістю в тому, що сили, які впливають на долю людини, містяться всередині неї самої. Те, що відбувається з людиною, значною мірою є результатом її активності, і, отже, відповідальність за власне життя лежить на самій людині, а не на інших, зовнішніх стосовно неї, силах. Чим нижче показники за цією шкалою, тим вираженішим є зовнішній локус контролю – екстернальність. Екстернали переконані, що сили, які керують людською долею, деє іззовні: це може бути і випадок, і “фатум”, і які-небудь “впливові люди”. Проте в будь-якому варіанті, на думку екстернала, від його активності мало що залежить, тому він відчуває себе людиною, яка потерпає.

Нерівномірність розподілу балів за субшкалами “Інтернальність у судженнях про життя взагалі” і “Інтернальність в описі особистого досвіду” говорить про співвідношення впливу на інтернальність респондента його особистого досвіду і суджень про життя взагалі.

Шкала “Інтернальність у сфері досягнень”. Високі показники за шкалою характеризують людину, яка вважає себе причиною власних досягнень і готовою до досягнення позитивних результатів у майбутньому. Низькі показники характеризують суб’єкта, який не сприймає себе причиною власних досягнень і не вірить у те, що людина може істотно вплинути на успішність власного життя й діяльності.

Шкала “Інтернальність у сфері невдач”. Високі показники за шкалою свідчать не про те, що в людини багато невдач, а лише про те, що вона більше відчуває свою відповідальність за невдачі, які вже відбулися або ще можуть відбутись у її житті. Низькі показники характеризують людину, не схильну бачити свою причетність ні до того, що вже сталося, ні до можливих невдач у її житті. Відповідальність за свої неуспіхи вона покладає на зовнішні сили.

Показники “Схильності до самозвинувачення” визначаються шляхом вирахування з даних “інтернальність у сфері невдач” даних “інтернальність у сфері досягнень”. Чим вище показник схильності до самозвинувачення від нуля в позитивний бік, тим вираженіша схильність людини до того, аби обвинувачувати себе в усьому поганому, що з нею трапляється або тільки може трапитися. Чим далі показник схильності до самозвинувачення від нуля в негативний бік, тим менш імовірними в цієї людини є прояви самозвинувачувальної поведінки. Великі негативні бали за цією шкалою можуть свідчити про некритичність респондента, але тільки стосовно самого себе. Оптимальним для цієї шкали є нульовий бал.

Шкала “Інтернальність у професійній діяльності” охоплює ситуації навчальної, професійної і будь-якої іншої активності у досягненні людиною конкретної мети. Високі показники за шкалою характеризують людину, яка розуміє, що одержувані результати залежать від якості її власних дій. У професійній діяльності такі працівники частіше виявляють схильність до прийняття відповідальності на себе. Низькі показники виявляються в людей, які часто мають труднощі у тлумаченні причин і способів досягнення того або іншого результату.

Результати за субшкалою “Професійно-соціальний аспект інтернальності” говорять про схильність (або її відсутність) виявляти ініціативу і приймати відповідальність на себе у сфері соціальних відносин на виробництві, що стосується як відносин із керівниками, так і з рівними за статусом колегами.

Результати за субшкалою “Професійно-процесуальний аспект інтернальності” свідчать про наявність або відсутність розвинутих навичок забезпечення процесу професійної діяльності. Так, низькі бали за шкалою дозволяють припустити, що в процесі вирішення конкретних виробничих завдань, навіть за наявності відповідної мотивації, така людина може стикатися з великими труднощами через погано розвинуті навички якісного здійснення самостійної діяльності.

Шкала “Інтернальність у міжособистісному спілкуванні”. Високі показники за шкалою вказують на свою роль, що респондент вбачає у стосунках, які складаються в нього з близькими людьми і мало знайомим оточенням. Низькі показники за шкалою характеризують людину, залежну від інших і не здатну змінити характер свого спілкування з ними.

Субшкала “Компетентність у міжособистісному спілкуванні” показує, що людина вважає себе (і, можливо, насправді є) досить компетентною у міжособистісних стосунках (за низьких балів – відповідно некомпетентною).

Субшкала “Відповідальність у міжособистісному спілкуванні” показує, чи схильна людина брати на себе відповідальність як за позитивні, так і за негативні варіанти сформованих міжособистісних стосунків (чим вище бал, тим вища відповідальність).

Результати, отримані за шкалами “Інтернальність у сфері сімейних відносин” і “Інтернальність у сфері здоров’я”, інтерпретуються аналогічно до шкал “Загальна інтернальність”, “Інтернальність у міжособистісному спілкуванні”, але стосовно сімейних взаємин або можливого ставлення до свого здоров’я.

Шкала “Заперечення активності” відбиває переконання людини в безглуздості якої-небудь діяльності, спрямованої на досягнення життєвих цілей. Високі показники за шкалою дають уявлення про світоглядні установки, що відповідають “переконаній екстернальності”. Низькі показники за шкалою “заперечення активності” (на відміну від високих) не потребують спеціальної інтерпретації, підтверджуючи просто схильність респондента до інтернальності, і не тільки на рівні світогляду, але й готовності до діяльності.

Результати, отримані за субшкалами “Готовність до діяльності, пов’язаної з подоланням труднощів” і “Готовність до самостійного планування, здійснення діяльності і відповідальності за неї”, мають значення, протилежні щодо шкали “Заперечення активності”. Зіставлення балів цих двох субшкал дозволяють глибше зрозуміти природу й можливі прояви інтернальності (або внутрішнього локусу контролю) в одних індивідів і розібратись у причинах схильності до екстернальності (або зовнішнього локусу контролю) – в інших.

Опитувальник має добрі показники за внутрішньою узгодженістю, валідністю та надійністю.

Таким чином, методика “Локус контролю”, розроблена на базі визнаного опитувальника “Рівень суб’єктивного контролю”, – наступний крок методичного забезпечення глибокого й різнобічного дослідження локалізації контролю особистості. Головними її перевагами (крім психометричного відпрацювання формулювань тверджень та оновлення норм на широкому віковому й соціальному контингенті) є нова структура: 8 основних і 9 додаткових шкал, що дозволяє психологу будувати нові різноманітні програми обстеження.

Процедура проведення методики. Методика являє собою опитувальник, тому для її проведення потрібно роздати обстежуваним бланки з текстом опитувальника та інструкцією, а також бланки для відповідей. Текст та інструкція надаються мовою, рідною для обстежуваних. В іншому випадку застосовувати опитувальник для обстеження не можна.

Інструкція. Вам будуть запропоновані висловлювання людей про життя. Ви можете погодитися з ними або ні. Якщо вважаєте приблизно так само, то поставте на аркуші для відповідей поруч із номером висловлювання відповідь “так” або знак “+”. Якщо не погоджуєтесь, то ставите поряд із номером відповідь “ні” або знак “-”.

Текст опитувальника

1. Просування по службі залежить не стільки від здібностей і зусиль людини, скільки від вдалого збігу обставин.
2. Більшість розлучень відбувається через те, що подружжя недостатньо намагалося пристосуватися одне до одного.
3. Помилково думати, що хвороба – це випадковість, а якщо вже довелося захворіти, то нічого не зробиш.
4. Самотніми стають саме ті люди, які не виявляють цікавості та дружелюбності до оточення.
5. Здійснення моїх бажань дуже часто залежить від везіння чи невезіння.
6. Марно намагатися завоювати симпатію людей, якщо в них склалася про вас упереджена думка.
7. Зовнішні обставини, наприклад батьки та добробут, впливають на сімейне щастя не менше, ніж взаємини між подружжям.
8. Я часто відчуваю, що мало впливаю на події, які відбуваються зі мною.
9. Мої оцінки в навчанні більше залежали від випадковості, наприклад від настрою педагога, ніж від мене самого.

10. Я складаю плани на майбутнє і знаю, що можу їх здійснити.

11. Те, що зі сторони здається удачею або везінням, найчастіше є наслідком тривалої цілеспрямованої діяльності.

12. Якщо люди не підходять один одному, то, як би вони не старалися, налагодити стосунки вони все одно не зможуть.

13. Те хороше, що я роблю, зазвичай позитивно оцінюється іншими.

14. Думаю, що випадок або доля відіграють не дуже важливу роль у моєму житті.

15. Я намагаюся не планувати далеко наперед, бо все залежить не від мене, а від того, як складаються обставини.

16. У випадку конфлікту я частіше відчуваю провину за собою, ніж за протилежною стороною.

17. Життя більшості людей головним чином залежить від збігу обставин.

18. Для мене краще таке керівництво, з яким я повинен самостійно вирішувати, як виконати ту чи іншу роботу.

19. Гадаю, що сам по собі спосіб життя не є причиною хвороб.

20. Як правило, саме невдалий збіг обставин заважає людям добиватися успіху у своїй справі.

21. Остаточо за погане керівництво й організацію відповідальні всі люди, які там працюють, а не тільки керівник.

22. Я частіше відчуваю, що нічого не можу змінити у стосунках, які склалися з близькими.

23. Якщо я дуже захочу, то зможу привернути до себе будь-кого.

24. На підростаюче покоління впливає так багато різних факторів, що зусилля батьків із виховання своїх дітей частіше виявляються марними.

25. Практично все, що зі мною трапляється, результат моїх дій.

26. Важко буває зрозуміти, чому керівники роблять саме так, а не інакше.

27. Людина, яка не змогла досягти успіхів у роботі, мусить примиритися з тим, що вона погано організувала свою діяльність.

28. Я можу домогтися від людей, які мене оточують, того, що я хочу.

29. Причиною моїх неприємностей і невдач дуже часто були інші люди.

30. Дитину можна зберегти від застуди, якщо її правильно одягати і правильно доглядати.

31. У складних обставинах я вважаю розумнішим очікувати, доки проблеми вирішаться самі собою.

32. Успіх, як правило, є результатом тривалої роботи і мало залежить від випадку або везіння.

33. Щастя моєї родини залежить більшою мірою від мене, ніж від когось іншого.

34. Часто мені буває важко зрозуміти, чому я подобаюся одним людям і не подобаюся іншим.

35. Я приймаю рішення і дію самостійно, не очікуючи допомоги від інших і не покладаючись на долю.

36. На жаль, заслуги людини часто залишаються невизнаними, незважаючи на всі її намагання.

37. У спілкуванні з людьми часто трапляються такі ситуації, які неможливо вирішити навіть за великого бажання.

38. Здібні люди, які не реалізували свої можливості, мусять звинувачувати в цьому лише себе.

39. Більшість моїх успіхів були б зовсім неможливі без суттєвої допомоги інших людей.

40. Практично всі невдачі в моєму житті відбуваються від мого незнання, невміння або лінощів.

Обробка та інтерпретація результатів

Перший етап обробки передбачає підрахунок балів за ключем. Для правильного його використання слід дотримуватися такого алгоритму.

1. Номери питань, які збігатимуться з ключем за шкалою “Інтернальність загальна” (*Iz*), обводяться. Загальна кількість обведених номерів питань і є “сирим” балом за шкалою *Iz*.

Iz – Інтернальність загальна:

“+”: 2, 3, 4, 10, 11, 13, 14, 16, 18, 21, 23, 25, 27, 28, 30, 32, 33, 35, 38, 40.

“–”: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 15, 17, 19, 20, 22, 24, 26, 29, 31, 34, 36, 37, 39.

2. Для підрахування балів за іншими шкалами слід підрахувати кількість обведених номерів питань із тих, що належать до шкали, за якою проводиться обчислення. Ця кількість обведених номерів за кожною шкалою і буде “сирим” балом за шкалою.

3. За деякими шкалами немає безпосереднього підрахунку (*Ссзв*, *In*, *Im*, *Oa*). Бали за ними підраховуються шляхом додавання або віднімання балів за іншими шкалами, що змістовно до них належать.

ж – інтернальність у судженнях про життя взагалі:

1, 2, 3, 4, 6, 7, 11, 12, 17, 19, 20, 21, 24, 26, 27, 30, 32, 36, 37, 38.

я – інтернальність в описі особистого досвіду:

5, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 18, 22, 23, 25, 28, 29, 31, 33, 34, 35, 39, 40.

Id – інтернальність у сфері досягнень:

1, 5, 11, 13, 23, 28, 32, 33.

In – інтернальність у сфері невдач:

4, 16, 20, 27, 29, 36, 38, 40.

Ссзв – схильність до самозвинувачення:

$Ссзв = In - Id$.

In – інтернальність у професійній діяльності:

$In = nc + nn$.

nc – професійно-соціальний аспект інтернальності:

1, 9, 13, 18, 21, 26, 28, 36.

nn – професійно-процесуальний аспект інтернальності:

15, 27, 31, 32, 35, 37, 38, 40.

I_m – Інтернальність у міжособистісному спілкуванні:

$$I_m = m_k + m_v.$$

m_k – компетентність у сфері міжособистісних стосунків:

6, 22, 23, 24, 26, 29, 34, 37.

m_v – відповідальність у сфері міжособистісних стосунків:

2, 4, 7, 12, 13, 16, 21, 33.

I_c – інтернальність у сфері сімейних стосунків:

2, 4, 7, 12, 16, 22, 33, 37.

I_z – інтернальність у сфері здоров'я:

3, 8, 14, 17, 19, 25, 30, 31.

4. Бали за шкалою “Заперечення активності” підраховуються двома способами. Перший є традиційним для будь-якого опитувальника, коли підраховується кількість збігів із ключем, інший – опосередкований, коли бал обчислюється через бали за іншими шкалами (*dm*, *dc*).

Z_a – заперечення активності (ключі до *O_a* протилежні *I_o*):

Z_a: “+” 1, 6, 15, 17, 22, 24, 26, 37;

“–” 10, 11, 14, 25, 32, 35, 38, 40.

$$Z_a = 16 - (dm + dc).$$

dm – готовність до діяльності, що пов'язана з подоланням труднощів:

1, 6, 15, 17, 22, 24, 26, 37.

dc – готовність до самостійного планування, здійснення діяльності та відповідальності за неї: 10, 11, 14, 25, 32, 35, 38, 40.

Далі бали за шкалою “Загальна інтернальність” переводять у стени (табл. 2.22). За іншими шкалами переведення у стени не здійснюється, бо переведення восьмибальної шкали в десятибальну розмиває результати, знижує їх точність. Переведення у стени результатів методики “РСК”, на основі якої розроблялася ця методика, було зумовлене сильним зсувом результатів за вибіркою в бік інтернальності. Авторам цієї методики вдалось уникнути цього зсуву і тому об'єктивної необхідності в переведенні “сирих” балів у стени немає.

Таблиця 2.22 – Переведення балів загальної інтернальності у стени для чоловіків і жінок

Стени	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Чол. бали	1–13	14–15	16–17	18–20	21–24	25–27	28–30	31–33	34–35	36–40
Жін. бали	1–13	14–15	16–17	18–21	22–24	25–27	28–31	32–34	35–36	37–40

Далі отримані результати порівнюються з нормативними, наведеними в табл. 2.23. Це дозволяє оцінити те, до якого полюсу тяжіють отримані результати: до інтернальності чи екстернальності.

Таблиця 2.23 – Статистичні характеристики шкал “Локус контролю”

Шкали	X_{\max}	$X_{\text{ср}}$	σ
<i>Iз</i>	40	24,3	6,7
<i>ж</i>	20	11,4	3,6
<i>я</i>	20	12,9	3,8
<i>Iд</i>	8	5,1	1,9
<i>Iн</i>	8	4,8	1,9
<i>Ссзв</i>	8	-0,3	1,6
<i>Iп</i>	16	9,6	3,1
<i>пс</i>	8	4,6	1,7
<i>пп</i>	8	4,9	1,9
<i>Iм</i>	16	9,1	3,0
<i>мк</i>	8	4,6	2,1
<i>мв</i>	8	4,5	1,6
<i>Iс</i>	8	4,5	1,7
<i>Iз</i>	8	4,9	1,7
<i>дт</i>	8	4,1	2,1
<i>дс</i>	8	5,5	1,9
<i>За</i>	16	6,5	3,4

Під час інтерпретації беруть до уваги, що в сучасному розумінні інтернальність являє собою багаторівневе утворення. Так, виділяють:

- загальний рівень (*Iз*, *За*);
- рівень, диференційований за загальними мотиваційними утвореннями: прагнення до успіху і уникнення невдач і відповідно інтернальність досягнень і інтернальність невдач (*Iд*, *Iн*);
- рівень реалізації інтернальності в конкретних сферах (*Iм*, *Iп*, *Iс*, *Iз*);
- рівень конкретних умінь, що забезпечують реалізацію інтернальності (*мк*, *мв*, *пп*, *пс*, *дт*, *дс*) та досвід (*ж*, *я*).

Як бачимо, у структурі інтернальності досить чітко простежується аналогія зі структурою мотиваційної сфери. Це не випадково, оскільки інтернальність і є показником реалізованості мотиваційної сфери особистості.

2.4.2 Методика “Вольова регуляція особистості” (М. С. Гуткін, Г. Ф. Михальченко)

Методика “Вольова регуляція особистості”, розроблена М. Гуткіним і Г. Михальченком, дозволяє визначити загальний показник, що характеризує вольову організацію та вольові особливості особистості: ціннісно-смыслову організацію; організацію діяльності; рішучість; наполегливість; самовладання; самостійність.

Інструкція. Вам пропонується відповісти на питання, спрямовані на з'ясування деяких особливостей вашої особистості і вашого характеру. Прочитайте кожне твердження і в графі відповідей поставте знак “+” навпроти вибраного вами варіанта. Варіанти відповідей: “Так”, “Скоріше так, аніж ні”, “Скоріше ні, ніж так”, “Ні”.

Щирі відповіді дозволять вам отримати правильне уявлення про себе і в майбутньому враховувати як свої слабкі, так і сильні сторони характеру. І навпаки, бажання здаватися краще, ніж ви є насправді, обернеться змарнованим часом чи отриманням відомостей, які не відповідають дійсності.

Бланк опитувальника

Твердження	Так	Скоріше так, аніж ні	Скоріше ні, ніж так	Ні
1. Щастя – це коли пощастить				
2. Мої плани на майбутнє рідко виявляються реальними				
3. Після того як уже зважився щось робити, я зазвичай коливаюся, перш ніж розпочати				
4. Часто через лень я відкладаю розпочату роботу				
5. Часто я роблю за першим спонуканням: “Зробив – і нехай буде, що буде”				
6. Зазвичай без сторонньої допомоги я можу відірватися від будь-якої спокуси (читання цікавої книги, хвилюючий фільм і т. ін.) і зайнятися потрібною справою				
7. У суперечках про життя я буваю правий частіше, ніж мої друзі				
8. Я вже вибрав для себе справу, якій міг би присвятити все своє життя				
9. Я рідко спізнююся на заняття				
10. Зазвичай я дуже довго не можу зважитися на якусь справу				
11. Будь-яку справу я прагну довести до кінця				
12. Я запальніший і дратівливіший за інших				
13. Я легко заражаюсь настроєм інших людей				
14. Зазвичай усе в мене виходить із першої спроби				
15. Я люблю читати книги про життя видатних людей				
16. Мені вдалося позбутися деяких шкідливих звичок (постійно спізнюватися, палити і т. ін.)				
17. Про мене можуть сказати, що я не з боязких				
18. Я нерідко виявляю байдужість до справи, яка нещодавно здавалася мені цікавою				
19. Під час розмови з людиною, якої я соромлюся або боюся, я зазвичай так хвилююся, що моя мова помітно змінюється				
20. Найчастіше мені потрібне підштовхування інших, аби довести розпочату справу до кінця				
21. Мені добре знайоме почуття ліні				
22. Я живу цікавим і повноцінним життям				

Продовження бланка

Твердження	Так	Скоріше так, аніж ні	Скоріше ні, ніж так	Ні
23. Найчастіше мені вдається виконувати заплановане на день				
24. Я частіше буваю впевненим у собі				
25. У мене багато занедбаних справ				
26. Я володію витримкою і холоднокрівністю				
27. Вислухавши доводи однієї сторони у суперечці, зазвичай я приймаю її точку зору, а після вислуховування іншої хотів би взяти протилежну				
28. Моя впертість іноді заважає мені				
29. Моє майбутнє уявляється мені ще дуже невизначеним				
30. Досить часто я не виконую обіцяного				
31. У новій і незнайомій ситуації я, як правило, гублюсь і ніяковію				
32. Я можу назвати себе людиною з твердим характером				
33. Часто тривожні думки долають мене настільки, що довго не дають заснути				
34. У стосунках із товаришами я частіше буваю в ролі підлеглого, ніж начальника				
35. Досі ще нікому не вдалося вивести мене з терпіння				
36. Я можу віднести себе до тих людей, які ясно бачать своє життєве покликання				
37. Я хотів би добитися в житті багато чого, але погано уявляю, яким саме чином				
38. Коли я спізнююся на урок або заняття, мені звичайно буває важко відкрити двері й увійти				
39. Завзятість – риса мого характеру				
40. Як правило, я хазяїн свого становища				
41. Мені легше живеться, коли хто-небудь із дорослих контролює кожний мій крок				
42. У своїх учинках я повністю незалежний від інших				
43. Мене в житті цікавить то одне, то інше, і важко чому-небудь віддати перевагу				
44. Мені дуже бракує зібраності й акуратності у справах				
45. Я часто відчуваю невпевненість в успіху розпочатої справи				
46. У мене ліні більше, ніж у інших				
47. Мої власні емоції мені часто заважають у житті				
48. Жити мудрими думками інших краще, ніж своїми				
49. Я іноді відкладаю дуже важливу розпочату справу				
50. Я хотів би докорінно змінити своє життя				
51. Я дотримую режиму дня навіть у вільний від навчання час				
52. Відповідаючи на всі ці запитання, мені неважко було вибирати між “так” і “ні”				

Твердження	Так	Скоріше так, аніж ні	Скоріше ні, ніж так	Ні
53. Часто, не завершивши однієї справи, я хапаюся за іншу, не закінчивши другої – за третю і т.д.				
54. Мені, як правило, вдається примушувати себе зробити малоприємну, але корисну в майбутньому справу				
55. Я досить часто роблю що-небудь з усіма за компанію, навіть коли не дуже хочу це робити				
56. Коли я зайнятий чим-небудь дуже відповідальним, мою увагу однаково можна відвернути				

Обробка та інтерпретація результатів

Після заповнення опитувальника ви отримуєте ключі відповідей, куди треба перенести свої результати (табл. 2.24).

У таблиці-ключі знак “№” означає номер твердження в опитувальнику.

У таблиці-ключі обведіть бал, що стоїть на тому місці, де під час заповнення опитувальника ви поставили знак “+”.

Приклад: на твердження № 8 ви відповіли “скоріше так, аніж ні” і поставили в опитувальнику знак “+” у другій колонці. Отже, у таблиці-ключі навпроти № 8 обведіть колом цифру 2.

Набрані бали підсумуйте по вертикалі окремо за кожною колонкою. Результат фіксується внизу колонки. Потім підсумуйте результати перших шести колонок. Сума фіксується під індексом *B*. Результат сьомої колонки сюди не входить і розглядається окремо.

Таблиця 2.24 – Ключ до методики “Вольова регуляція особистості”

1 – 0123	2 – 0123	3 – 0123	4 – 0123	5 – 0123	6 – 0123	7 – 3210
8 – 3210	9 – 3210	10 – 0123	11 – 3210	12 – 0123	13 – 0123	14 – 3210
15 – 3210	16 – 0123	17 – 3210	18 – 0123	19 – 0123	20 – 3210	21 – 0123
22 – 3210	23 – 3210	24 – 3210	25 – 0123	26 – 3210	27 – 0123	28 – 0123
29 – 0123	30 – 0123	31 – 0123	32 – 3210	33 – 0123	34 – 0123	35 – 3210
36 – 3210	37 – 3210	38 – 0123	39 – 3210	40 – 3210	41 – 0123	42 – 3210
43 – 0123	44 – 0123	45 – 0123	46 – 0123	47 – 0123	48 – 0123	49 – 0123
50 – 0123	51 – 3210	52 – 3210	53 – 0123	54 – 3210	55 – 0123	56 – 0123
<i>Ц</i> =	<i>О</i> =	<i>Р</i> =	<i>Н</i> =	<i>С</i> =	<i>См</i> =	<i>Л</i> =

У таблиці використано такі умовні позначення.

Ц – Ціннісно-смілова організація особистості.

О – Організація діяльності.

Р – Рішучість.

Н – Наполегливість.

С – Самовладання.

См – Самостійність.

Л – Показник брехні.

В – Загальний показник, що характеризує вольову організацію особистості.

Тим, хто має загальний низький бал (*В*) або низьку суму балів за якимось з окремих факторів (*Ц*, *О* і т. ін.), рекомендується звернути велику увагу на самовиховання; тим же, у кого ці показники високі, пам'ятати, що без постійного підкріплення і тренування ця якість може ослабнути.

Сума набраних балів і значення:

0 – 8: вольова якість потребує розвитку і тренування, її нерозвиненість заважає людині в досягненні поставлених завдань.

9 – 16: вольова якість розвинена достатньою мірою.

17 – 24: вольова якість розвинена сильною мірою, є однією з визначальних у структурі вольової організації особистості. Слід звернути увагу на те, що без достатнього розвитку інших факторів постановка якихось особистих цілей, шляхи і способи їх досягнення можуть бути ускладнені.

Той, хто набрав 17 – 24 бали за сьомим фактором (*Л*) (неправда), відповідаючи на запитання, був недостатньо щирим, тому отримані результати не відповідають дійсному стану речей. Досліджуваному необхідно заповнити опитувальник ще раз, оцінивши себе критичніше.

Загальний показник (*В*):

0 – 48 балів – вольові якості особистості потребують тренування й розвитку. Рекомендується серйозна робота із самовиховання. Особливу увагу слід приділити тим факторам, за якими у досліджуваного найменші суми балів.

49 – 96 балів – вольові якості особистості розвинені достатньою мірою.

97 – 144 бали – показник високого рівня вольової організації особистості, що свідчить про здатність із достатнім ступенем усвідомленості і почуття реальності визначати для себе цілі, шляхи та способи її досягнення. Однак необхідно пам'ятати, що завжди є небезпека ослаблення вольових якостей.

2.4.3 Опитувальник “Стиль саморегуляції поведінки” (В. Моросанова)

Опитувальник дозволяє діагностувати індивідуальні особливості саморегуляції, виокремлювати сильно і слабо розвинені ланки й окреслити шляхи формування стилю з високим рівнем регуляції, тобто гармонічного стилю, що забезпечує високу успішність досягнення мети.

Опитувальник містить 46 тверджень, які входять до складу шести шкал. Ці шкали відображають основні регуляторні механізми діяльності: планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів; регуляторно-особистісні властивості: гнучкість, самостійність.

На погляд В. Моросанової, головним показником структури стилю є регуляторний профіль, який характеризує індивідуальну розвиненість основних регуляторних процесів саморегуляції.

Інструкція. Пропонуємо вам низку висловлювань, що стосуються особливостей поведінки. Послідовно прочитавши твердження, виберіть одну з чотирьох можливих відповідей – “Правильно”, “Мабуть, правильно”, “Мабуть, неправильно”, “Неправильно” – і поставте відмітку у відповідній графі на бланку для відповідей. Не пропускайте жодного твердження. Пам’ятайте, що не може бути хороших або поганих відповідей, оскільки це не випробовування ваших здібностей, а лише виявлення індивідуальних особливостей вашої поведінки.

Бланк опитувальника

Твердження	Правильно	Мабуть, правильно	Мабуть, неправильно	Неправильно
1. Свої плани на майбутнє я люблю розробляти в найменших деталях				
2. Полюбляю будь-які пригоди, можу йти на ризик				
3. Намагаюся завжди приходити вчасно, але тим не менш часто запізнююся				
4. Дотримуюся девізу “Вислухай пораду, але зроби по-своєму”				
5. Часто покладаюся на свої здібності орієнтуватися по ходу справи і не прагну завчасно уявити послідовність своїх дій				
6. Оточення відзначає, що я недостатньо критичний до себе і своїх дій, але сам я це не завжди помічаю				
7. Напередодні контрольних та іспитів у мене зазвичай з’являється відчуття, що бракує 1–2 дні для підготовки				
8. Щоб почуватися впевнено, необхідно знати, що очікує тебе завтра				
9. Мені складно змусити себе щось переробляти, навіть коли якість зробленого мене не влаштовує				
10. Не завжди помічаю свої помилки, частіше це роблять люди, які мене оточують				
11. Перехід на нову систему роботи не спричиняє мені особливих незручностей				
12. Мені складно відмовитися від прийнятого рішення навіть під впливом близьких для мене людей				
13. Я не відношу себе до людей, життєвим принципом яких є “Сім разів відміряй, один раз відріж”				

Продовження бланка

Твердження	Правильно	Мабуть, правильно	Мабуть, неправильно	Неправильно
14. Не терплю, коли мене опікують і щось за мене вирішують				
15. Не люблю багато розмірковувати про своє майбутнє				
16. У новому одязі часто почуваюся ніяково				
17. Завжди заздалегідь планую свої витрати, не люблю робити незапланованих покупок				
18. Уникаю ризику, погано справляюся з неочікуваними ситуаціями				
19. Моє ставлення до майбутнього часто змінюється: то будую плани про світле майбутнє, то майбутнє видається мені похмурим				
20. Завжди намагаюся продумувати способи досягнення мети, перед тим як починаю діяти				
21. Надаю перевагу збереженню незалежності навіть від близьких для мене людей				
22. Мої плани на майбутнє зазвичай реалістичні, і я не люблю їх змінювати				
23. У перші дні відпустки, коли змінюється спосіб життя, завжди з'являється відчуття дискомфорту				
24. За великого обсягу роботи неминуче страждає якість результату				
25. Люблю зміни в житті, зміни обстановки і способу життя				
26. Не завжди вчасно помічаю зміни ситуації і через це зазнаю невдачі				
27. Буває, що наполягаю на своєму, навіть коли не впевнений у своїй правоті				
28. Намагаюся дотримуватися заздалегідь наміченого на день плану				
29. Перед тим як з'ясувати стосунки, намагаюся уявити собі різні способи подолання конфлікту				
30. У разі невдачі завжди шукаю, що було зроблено неправильно				
31. Не люблю втаємничувати когось у свої плани, зрідка дотримуюся порад чужих людей				

Твердження	Правильно	Мабуть, правильно	Мабуть, неправильно	Неправильно
32. Вважаю розумним принцип: спочатку потрібно вступити в бій, а потім шукати засоби для перемоги				
33. Полюбляю мріяти про майбутнє, але це скоріше фантазії, аніж реальність				
34. Намагаюся завжди враховувати думку товаришів про себе і свою роботу				
35. Якщо я зайнятий чимось важливим для себе, то можу працювати в будь-якій обстановці				
36. В очікуванні важливих подій прагну заздалегідь уявити послідовність своїх дій за того чи іншого розвитку ситуації				
37. Перед тим як взятися за справу, мені необхідно зібрати детальну інформацію про умови її виконання і супутні обставини				
38. Рідко відступаю від розпочатої справи				
39. Часто допускаю недбале ставлення до своїх обов'язків, якщо втомився чи погано почуваюся				
40. Якщо я вважаю, що правий, то мене мало турбує думка оточення про мої дії				
41. Про мене кажуть, що я "розкидаюся", не вмію відокремлювати головне від другорядного				
42. Не вмію і не люблю заздалегідь планувати свій бюджет				
43. Якщо в роботі не вдалося добитися якості, яка мене влаштовує, то прагну переробити, навіть якщо оточенню це неважливо				
44. Після вирішення конфліктної ситуації часто подумки повертаюся до неї, перевіряю ще раз застосовані дії і результати				
45. Невимушено почуваюся в незнайомому товаристві, зазвичай нові люди мені цікаві				
46. Зазвичай різко реагую на заперечення, намагаюся думати і робити все по-своєму				

Обробка та інтерпретація результатів

Підрахунок показників опитувальника проводиться за ключами (табл. 2.25, 2.26), наведеними нижче, де “так” означає позитивні відповіді, а “ні” – негативні.

Таблиця 2.25 – Ключ до шкал опитувальника ССП

Регуляторні шкали	Відповіді, що збігаються з ключем (1 бал)	
	Правильно. Мабуть, правильно	Мабуть, неправильно. Неправильно
Планування	1, 8, 17, 22, 28, 31, 36	15, 42
Моделювання	11, 37	2, 7, 19, 23, 26, 33, 41
Програмування	12, 20, 25, 29, 38, 43	5, 9, 32
Оцінювання результатів	30, 44	6, 10, 13, 16, 24, 34, 39
Гнучкість	2, 11, 25, 35, 36, 45	16, 18, 43
Самостійність	4, 12, 14, 21, 27, 31, 40, 46	34
Загальний рівень саморегуляції	1, 2, 4, 8, 11, 12, 14, 17, 20, 21, 22, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 35, 36, 37, 38, 40, 43, 44, 45, 46	3, 5, 6, 7, 9, 10, 13, 15, 16, 18, 19, 23, 24, 26, 32, 33, 34, 39, 41, 42

Таблиця 2.26 – Норми до опитувальника ССП

Регуляторна шкала	Кількість балів		
	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Планування	<3	4–6	>7
Моделювання	<3	4–6	>7
Програмування	<4	5–7	>8
Оцінювання результатів	<3	4–6	>7
Гнучкість	<4	5–7	>8
Загальний рівень саморегуляції	<23	24 – 32	33

Шкала “Планування” (Пл) характеризує індивідуальні особливості визначення й утримання цілей, сформованість у людини усвідомленого планування діяльності. Високі показники за цією шкалою вказують на сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, плани в цьому випадку реалістичні, деталізовані, ієрархічні і стійкі, цілі діяльності визначаються самостійно. Наприклад, свої плани на майбутнє люблять розробляти в найменших деталях. У досліджуваних із низькими показниками за цією шкалою потреба у плануванні розвинена слабо, цілі часто змінюються, поставлена мета рідко досягається, планування малореалістичне. Такі особистості вважають за краще не замислюватися про своє майбутнє, цілі висувають ситуативно і зазвичай не самостійно.

Шкала “Моделювання” (М) дозволяє діагностувати індивідуальну розвиненість уявлень про зовнішні і внутрішні значущі умови, ступінь їх усвідомленості, деталізованості й адекватності. Люди з високими показниками

за цією шкалою здатні виділяти значущі умови досягнення цілей як у поточній ситуації, так і в перспективному майбутньому, що виявляється у відповідності програм дій планам діяльності, одержуваних результатів – прийнятим цілям. Наприклад, перехід на нову систему роботи не завдає мені особливих незручностей. У людей із низькими показниками за шкалою слаба сформованість процесів моделювання призводить до неадекватної оцінки значущих внутрішніх умов і зовнішніх обставин, що виявляється у фантазуванні, яке може супроводжуватися різкими перепадами ставлення до розвитку ситуації, наслідків своїх дій. У них часто виникають труднощі з визначенням мети і програми дій, адекватних поточній ситуації, вони не завжди помічають зміну ситуації, що також часто призводить до невдач.

Шкала “Програмування” (Пр) діагностує індивідуальну розвиненість усвідомленого програмування людиною своїх дій. Високі показники за цією шкалою свідчать про сформованість у людини потреби продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення намічених цілей, про деталізованість і розгорнення розроблюваних програм. Програми розробляються самостійно, вони гнучко змінюються в нових обставинах і стійкі в ситуації перешкод. Коли отримані результати не відповідають цілям, здійснюється корекція програми дій до отримання прийнятного для людини результату. Наприклад: мені важко відмовитися від прийнятого рішення навіть під впливом близьких мені людей. Люди з низькими показниками за шкалою програмування не вміють і не бажають продумувати послідовність своїх дій. Вони вважають за краще діяти імпульсивно, не можуть самостійно сформулювати програму дій, часто стикаються з неадекватністю отриманих результатів цілям діяльності і при цьому не вносять змін у програму дій, діють шляхом проб і помилок.

Шкала “Оцінювання результатів” (Ор) характеризує індивідуальну розвиненість і адекватність оцінки досліджуваним себе і результатів своєї діяльності та поведінки. Високі показники за цією шкалою свідчать про розвиненість і адекватність самооцінки, сформованість і стійкість суб’єктивних критеріїв оцінювання результатів. Людина адекватно оцінює як сам факт неузгодженості отриманих результатів із метою діяльності, так і причини, що призвели до цього, гнучко адаптуючись до зміни умов. Наприклад: у разі невдачі завжди шукаю, що ж було зроблено неправильно. Низькі показники за цією шкалою свідчать про те, що досліджуваний не помічає своїх помилок, не критичний до своїх дій. Суб’єктивні критерії успішності недостатньо стійкі, що призводить до різкого погіршення якості результатів, коли збільшується обсяг роботи, погіршення стану або виникнення зовнішніх труднощів.

Шкала “Гнучкість” (Г) діагностує рівень сформованості регуляторної гнучкості, тобто здатності перебудувувати, вносити корективи в систему саморегуляції в разі зміни зовнішніх і внутрішніх умов. Досліджувані з високими показниками за шкалою гнучкості демонструють пластичність усіх регуляторних процесів. У випадку виникнення непередбачених обставин такі люди легко перебудовують плани і програми виконуваних дій і поведінки, здатні швидко оцінити зміну значущих умов і перебудувати програму дій. У

разі виникнення неузгодженості отриманих результатів із прийнятою метою своєчасно оцінюють сам факт неузгодженості і вносять відповідні корективи. Гнучкість регуляторики дозволяє адекватно реагувати на швидку зміну подій і успішно вирішувати поставлене завдання в ситуації ризику. Наприклад, перехід на нову систему роботи не завдає мені особливих незручностей. Люди з низькими показниками за шкалою гнучкості в динамічній, швидко мінливій обстановці почувають себе невпевнено, насилу звикають до змін у житті, до зміни обстановки і способу життя. Вони не здатні адекватно реагувати на ситуацію, швидко і своєчасно планувати діяльність і поведінку, розробити програму дій, виділити значущі умови, оцінити неузгодженість отриманих результатів із метою діяльності та внести корективи. У результаті у таких людей неминуче виникають регуляторні збої і, як наслідок, невдачі у виконанні діяльності.

Шкала “Самостійність” (С) характеризує розвиненість регуляторної автономності. Наявність високих показників за шкалою самостійності свідчить про автономність в організації активності людини, її здатності самостійно планувати діяльність і поведінку, організовувати роботу з досягнення висунутої мети, контролювати хід її виконання, аналізувати й оцінювати як проміжні, так і кінцеві результати діяльності. Наприклад, дотримуюся девізу “Вислухай пораду, але зроби по-своєму”. Досліджувані з низькими показниками за шкалою самостійності залежні від думок і оцінок оточення. Плани і програми дій розробляються не самостійно, такі люди часто й некритично слідуєть чужим порадам. За відсутності сторонньої допомоги у них неминуче виникають регуляторні збої.

Опитувальник у цілому працює як єдина шкала *“Загальний рівень саморегуляції” (ЗР)*, яка оцінює загальний рівень сформованості індивідуальної системи усвідомленої саморегуляції довільної активності людини. Досліджувані з високими показниками загального рівня саморегуляції самостійні, гнучко й адекватно реагують на зміну умов, визначення і досягнення мети у них значною мірою усвідомлені. За високої мотивації досягнення вони здатні формувати такий стиль саморегуляції, який дозволяє компенсувати вплив особистісних, характерологічних особливостей, що перешкоджають досягненню мети. Чим вище загальний рівень усвідомленої регуляції, тим легше людина опановує нові види активності, упевненіше почуває себе в незнайомих ситуаціях, тим стабільніше її успіхи у звичних видах діяльності. У досліджуваних із низькими показниками за цією шкалою потреба в усвідомленому плануванні та програмуванні своєї поведінки не сформована, вони залежніші від ситуації і думки оточення. У них знижена можливість компенсації несприятливих для досягнення поставленої мети особистісних особливостей порівняно з особистостями з високим рівнем регуляції. Тому успішність оволодіння новими видами діяльності великою мірою залежить від відповідності стильових особливостей регуляції вимогам виду активності, що опановується.

2.4.4 Методика “Здатність до самоврядування” (Н. М. Пейсахов)

Методика “Здатність до самоврядування” (ЗСВ) Н. М. Пейсахова призначається для вивчення здатності людини керувати своїми формами активності, здатності володіти собою в різних ситуаціях. Опитувальник розроблено в лабораторії психологічних проблем вищої школи Казанського державного університету Н. М. Пейсаховим і його колегами на основі ними ж розробленої теоретичної бази.

Самоврядування розглядається авторами як цілеспрямована зміна, і мету собі ставить людина, яка сама керує своїми формами активності: спілкуванням, поведінкою, діяльністю і переживаннями. Самоврядування слід відрізнити від саморегуляції. Самоврядування являє собою творчий процес, пов'язаний зі створенням нового, незвичайною ситуацією або суперечністю, необхідністю постановки нових цілей, пошуком нових рішень і засобів досягнення цілей.

Саморегуляція – це також зміни, але вони відбуваються в рамках наявних правил, норм, стереотипів. Функція саморегуляції інша: вона полягає в тому, аби закріпити набуте в процесі самоврядування. Таким чином, самоврядування і саморегуляція – не два різних процеси, а дві сторони активності особистості, діалектична єдність мінливого і сталого в безперервному розвитку суб'єктивного світу людини.

Інструкція. Запропонована анкета дає можливість дізнатися про здібності володіти собою в різноманітних ситуаціях. В анкеті наведено дві групи тверджень.

1. Твердження, що вимагають звернення до досвіду, наприклад, питання № 5. Якщо ви дійсно часто оцінюєте свої дії і вчинки, намагайтеся знайти відповідь на поставлене питання, то сміливо відповідайте “так”, а коли ви робите це рідко, відповідайте “ні”.

2. Твердження, що характеризують ваше ставлення до загальноприйнятої думки, наприклад, питання № 28. Якщо ви згодні з думкою, то відповідайте “так”, у разі незгоди – “ні”.

Відповідь “так” позначають “+”, відповідь “ні” – знаком “-”. Свій вибір заносьте у бланк для відповідей. При цьому зверніть увагу, що номери питань у бланку розташовані не в порядку зростання.

Текст опитувальника

1. Практика показує, що я правильно визначаю свої можливості в будь-якій діяльності.

2. Я завбачлива людина.

3. Беруся тільки за те, що зможу довести до кінця.

4. Зазвичай добре уявляю, що потрібно зробити, аби домогтися задуманого.

5. Постійно намагаюся знайти відповідь на питання “Що таке добре і що таке погано?”.

6. Перш ніж зробити остаточний крок, я зважую всі “за” і “проти”.

7. Завжди усвідомлюю те, що зі мною відбувається.

8. Непередбачені перешкоди не заважають мені довести справу до кінця.
9. Мені бракує терпіння довго розбиратися в тому, що не вдається відразу.
10. У своїх вчинках і справах не люблю зазирати далеко наперед.
11. Рідко замислююся про головні цілі свого життя.
12. Відсутність продуманих планів не заважає мені добиватися хороших результатів.
13. Часто важко сказати, що я досягнув саме того, чого хотів.
14. На вибір моїх рішень впливають не поставлені цілі, а настрої у цей момент.
15. Мені часто здається, що ціла година або дві збігли зовсім непомітно.
16. Той, хто вважає за необхідне виправляти всі допущені помилки, не помічає, як робить нові.
17. Коли потрібно розбиратись у складній обстановці, відчуваю приплив енергії і сил.
18. Я чітко уявляю свої життєві перспективи.
19. Умію відмовлятися від усього, що відволікає мене від мети.
20. У своїх вчинках і словах дотримуюся прислів'я "Сім разів відміряй, один – відріж".
21. Приділяю багато часу тому, аби зрозуміти, з яких позицій оцінювати свої дії.
22. У своїх діях я успішно поєдную ризик з обачністю.
23. Необхідність перевіряти самого себе стала моєю другою натурою.
24. Коли в мене псуються стосунки з людьми, я з ними більше не контактую.
25. Як правило, мені буває складно виділити головне в ситуації, що склалася.
26. Життя показує, що мої прогнози рідко збуваються.
27. Люди, які завжди чітко знають, чого хочуть, видаються мені надто раціональними.
28. Удача супроводжує того, хто не планує заздалегідь, а покладається на природний хід подій.
29. Мені бракує відчуття міри у стосунках із близькими.
30. Мене пригнічує необхідність приймати термінові рішення.
31. Зазвичай мало стежу за своєю мовою.
32. Деякі свої звички я охоче б змінив, якби знав, як це зробити.
33. Чого я хочу і що повинен робити – ось предмет моїх постійних роздумів.
34. Заздалегідь знаю, яких вчинків можна очікувати від людей.
35. Зазвичай від самого початку чітко уявляю майбутній результат.
36. Поки в голові не склався чіткий, конкретний план, я не починаю серйозної розмови.
37. У мене завжди є точні орієнтири, за якими я оцінюю свою працю.
38. Я завжди враховую наслідки прийнятих мною рішень.

39. Уважно стежу за тим, чи розуміють мене під час суперечок.
40. Я готовий знов і знову вдосконалювати вже закінчену роботу.
41. Скільки не аналізую свої життєві труднощі, не можу досягти повної ясності.
42. Життя таке складне, що вважаю гаянням часу передбачати хід подій.
43. Дотримання одного разу поставленої мети дуже збіднює життя.
44. Вважаю, плануй – не плануй, а обставини завжди сильніше.
45. Останнім часом ловлю себе на думці, що надаю великого значення дрібницям, забуваючи про головне.
46. Зазвичай мені не вдається знайти правильне рішення через велику кількість можливих варіантів.
47. У сварках не помічаю, як починаю дратуватися.
48. Зробивши справу, вважаю за краще не виправляти навіть явні прорахунки.

Обробка та інтерпретація результатів

У додаток до методики створено бланки для відповідей, куди випробовуваний заносить знаки згоди (“+”) і незгоди (“-”) із твердженнями. Ці бланки за розташуванням пунктів відповідають ключу, розробленому для зручності обробки даних кожного випробовуваного.

Бланк для відповідей

Відповіді на питання						Бали
1	17	33	9	25	41	
2	18	34	10	26	42	
3	19	35	11	27	43	
4	20	36	12	28	44	
5	21	37	13	29	45	
6	22	38	14	30	46	
7	23	39	15	31	47	
8	24	40	16	32	48.	

У ключі пункти розташовані так, аби було зручно розраховувати по горизонталі результат за кожною ланкою, а потім – загальний результат за ЗСВ.

Згідно з ключем уся сукупність пунктів методики поділяється на дві частини: позитивну (ліва частина бланка) і негативну (права частина бланка).

У лівій частині ключа за кожну відповідь “+” до загального результату за ланкою додається один бал, тобто за питання: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40.

У правій частині бал додається за кожну відповідь “-”, за питання: 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48.

Аналогічно підраховуються бали для сумарного результату за ЗСВ.

До тесту додається локальна оцінна шкала, що дозволяє перевести кількісні результати в якісні.

Бланк контрольної картки

Питання						Результат, сума балів (кількісні бали)	Назва етапів самоврядування	Оцінка рівня самовряду- вання за шкалою (якісні бали)
За відповідь “так” – 1 бал		За відповідь “ні” – 1 бал						
1	17	33	9	25	41	$\Sigma 1 =$	Аналіз суперечностей	
2	18	34	10	26	42	$\Sigma 2 =$	Прогнозування	
3	19	35	11	27	43	$\Sigma 3 =$	Цілепокладання	
4	20	36	12	28	44	$\Sigma 4 =$	Планування	
5	21	37	13	29	45	$\Sigma 5 =$	Критерій оцінювання якості	
6	22	38	14	30	46	$\Sigma 6 =$	Приймання рішення	
7	23	39	15	31	47	$\Sigma 7 =$	Самоконтроль	
8	24	40	16	32	48	$\Sigma 8 =$	Коригування	
Загальна сума						$\Sigma_{\text{заг}} =$	Загальна здатність до самоврядування	

Загальна здатність до самоврядування визначається за формулою

$$\Sigma_{\text{заг}} = \Sigma 1 + \Sigma 2 + \Sigma 3 + \dots + \Sigma 8.$$

Далі $\Sigma_{\text{заг}}$ порівнюється із психодіагностичною шкалою, урахувавши стать (табл. 2.27). При цьому всі можливі результати діляться за 5 градаціями: низький, нижче середнього, середній, вище середнього, високий; для кожного із цих рівнів позначено граничні значення (за ланками і за загальною ЗСВ).

Таблиця 2.27 – Психодіагностична шкала

Показник	Рівні здатності самоврядування				
	Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий
Чоловіки $\Sigma_{\text{заг}}$	0–13	14–22	23–31	32–40	41–48
Жінки $\Sigma_{\text{заг}}$	0–11	12–21	22–30	31–39	40–48
Σi – етапи	0–1	2	3–4	5	6

Якщо результати анкетування у правій частині шкали (ближче до високого рівня), то в цілому цей респондент має систему самоврядування, проте існує небезпека того, що людина занадто виважена й раціональна, йому бракує емоцій.

Якщо результати анкетування наближаються до зони низьких оцінок, то в респондента поки немає цілісної системи самоврядування, а сформовані лише окремі ланки. Найімовірніше, така людина дуже переживає свої невдачі, але далі цього не йде. У нього емоційна оцінка превалює над раціональним аналізом, тобто повноцінний цикл самоврядування в такому випадку навіть не починається, а тому й не формується.

Аби краще дізнатися про сформованість окремих етапів системи управління, необхідно порівняти отримані результати з цифрами, наведеними у психодіагностичній шкалі (рівні, що визначені для етапів) і визначити ступінь розвитку кожної з восьми ланок процесу самоврядування. Усі вони оцінюються за однією шкалою від 0 до 6 балів.

Інтерпретація етапів

1. Аналіз суперечностей або орієнтування в ситуації – це психічна діяльність суб'єкта самоврядування, результатом якої є суб'єктивна модель ситуації. Людина формує об'єктивну модель ситуації, відповідаючи на запитання, які ставить собі сама: “Чому зараз не виходить так, як це було раніше? Що змінилося порівняно з минулим? Що відбувається зі мною? У чому причина моїх невдач (у мені, в інших, в обставинах, що склалися)? Що відбувається навколо мене? Який реальний стан речей?” та ін.

2. Прогнозування – це розумова діяльність суб'єкта самоврядування, результатом якої є ще одна модель-прогноз, заснована на аналізі минулого і сьогодення. Прогноз – це спроба заглянути в майбутнє, передбачити хід подій або бажані дії. Людина намагається отримати відповіді на запитання: “Чи можна щось змінити? Що може змінитися, якщо я втручусь і буду якось діяти? Що відбуватиметься, якщо я не втручусь в хід подій?”.

3. Цілепокладання – розумова діяльність суб'єкта самоврядування, а її результатом є суб'єктивна модель бажаного, належного. В основі цілепокладання лежить прогноз. Це перехід від припущення про ймовірність провести зміну до припущення про можливі результати. Людина прагне отримати відповіді на такі запитання: “Якими повинні бути результати? У якому напрямку слід змінювати себе, своє спілкування, поведінку або діяльність? Що конкретно можна змінити, ситуацію чи самого себе?”.

Цілепокладання являє собою процес створення системи цілей, співвідношення їх між собою і вибору кращих. Вибираючи цілі, їх порівнюють за тривалістю (стратегічні цілі розраховані на все життя, на їх основі висувають тактичні цілі, здійснення яких потребує 5–7 років, а вони, у свою чергу, визначають оперативні цілі, реалізація яких вимагає днів, місяців). Щодо суб'єктивної привабливості оцінюються ймовірність досягнення мети, зусилля, необхідні для її досягнення.

4. Планування – розумові дії суб'єкта самоврядування, їх результат – модель засобів досягнення мети, або план як система засобів і послідовності їх застосування. Відповідно до цілей плани можуть бути стратегічними, тактичними, оперативними. Людина шукає відповіді на такі питання: “Якими засобами потрібно досягати мети? У якій послідовності їх застосовувати?”.

5. Критерії оцінювання є результатом усїєї системи ставлення особистості до інших людей, до себе, своїх можливостей, самооцінки суб'єкта. Суб'єкт вирішує, якими мають бути показники, що оцінюватимуть успіхи в реалізації плану. Людина задається питаннями: “Якими мають бути показники, що дозволяють оцінити успіхи в реалізації плану? Як оцінити, що зроблене було необхідним? Як оцінити, що мої вчинки і дії достатні?”. Систему оцінок бажано підготувати до початку практичних дій і вчинків, а в процесі їх краще коригувати. Поспішне вироблення критеріїв може призвести до того, що вони виявляться недостатньо обґрунтованими або просто помилковими, що може, у свою чергу, призвести до зовсім інших результатів, аніж задумувалося спочатку.

6. Прийняття рішення – перехід від плану до дій, можливості – у реальність. Це самонаказ: розпочати справу! Однак для цього людині належить відповісти на досить складні питання: “Чи все я передбачив? Чи є у мене ще час? Починати діяти або ще трохи почекаати?”. Людина прагне знайти оптимальне рішення, яке передбачає поєднання сміливості й обачності. Не варто починати стрімголов, але й не можна занадто відтягувати виконання задуманого. Згаяний час може бути втрачено безповоротно. Коли людина врешті зважилася на активні дії, може виявитися, що до цього моменту все змінилося настільки суттєво, що будь-яка, навіть дуже добре підготовлена дія втрачає всякий сенс.

7. Самоконтроль – збір інформації про те, як виконується план у реальному спілкуванні, поведінці, діяльності. Людина відповідає на питання: “Як іде справа? Чи є рух до мети? Чи немає помилок у моїх вчинках?”.

8. Коригування – зміна реальних дій, спілкування і поведінки, а також системи самоврядування. Людина шукає відповідь на питання: “Як бути далі?”. Відповідь залежить від результатів самоконтролю. Якщо все відбувається як задумано, то людина може продовжувати діяти так само, повторювати ще і ще раз, аби переконатися в ефективності знайденої системи самоврядування. Фактично це перехід до саморегуляції, закріплення того нового, що було знайдено в процесі самоврядування. Коли самоконтроль показує, що існує розбіжність між бажаним і дійсним, є помилки в поведінці і діяльності, то виникають нові питання: “Що потрібно змінити у своїх вчинках і діях? Коли слід провести зміни, негайно чи за деякий час? Чи є час на обдумування? Що конкретно переглянути в процесі самоврядування, аби отримати бажаний результат?”.

Після цього розпочинається новий цикл самоврядування, новий аналіз ситуації, прогнозування, цілепокладання і т. ін. Такі цикли повторюються доти, поки не зникне потреба в удосконаленні окремих ланок, етапів процесу самоврядування, поки не відбудеться перехід до саморегуляції, тобто до звичних вчинків і дій, що здійснюються на основі знайдених цілей, планів, критеріїв оцінювання якості.

2.4.5 Методика “Тест-опитувальник особистісної зрілості” (Ю. З. Гільбух)

За допомогою цього опитувальника діагностується рівень особистісної зрілості в осіб від 15 років і старше. Можна охарактеризувати як загальний рівень особистісної зрілості випробовуваного, так і оцінити його зрілість за окремими аспектами: мотивація досягнення, ставлення до свого “Я”, почуття громадянського обов’язку, життєва установка (переважання інтелекту над почуттям), здатність до психологічної близькості з іншою людиною.

Інструкція. Ми просимо вас уважно прочитати кожен з описаних ситуацій і вибрати один варіант поведінки в ній. Це має бути найхарактерніша для вас поведінка, те, що ви дійсно робите в таких випадках, а не те, що, на ваш погляд, необхідно було б робити.

Текст опитувальника

1. Манера, в якій більшість моїх учителів (керівників) звертаються до мене, така, що вони:

- а) намагаються постійними причіпками зробити моє життя нещасним;
- б) виявляють тенденцію критикувати мене всюди, де тільки можуть;
- в) байдужі до мене доти, поки я підкоряюся встановленим ними правилам і виконую роботу задовільно;
- г) недостатньо вимогливі до моєї роботи;
- д) мало винагороджують мене за мою сумлінність;
- е) засуджують мене за помилки і нагороджують, коли я на це заслуговую;
- ж) не можу відповісти на це питання.

2. Граючи в шахи, шашки, інші ігри, зазвичай у разі програшу я реагую:

- а) тим, що намагаюся з’ясувати причини невдачі, щоб удосконалити своє вміння;
- б) захопленням перед досконалістю майстерності противника, причому це почуття превалює над всіма іншими переживаннями;
- в) переживанням почуття власної неповноцінності стосовно супротивника;
- г) усвідомленням того, що зате я перевершую багатьох в інших речах і, отже, за бажання зможу домогтися успіху і в цій грі;
- д) усвідомленням відносної незначущості поразки або перемоги в таких іграх, а також швидким забуванням того, що сталося;
- е) рішучістю будь-що добитися реваншу;
- ж) не можу відповісти на це питання.

3. Вимушений відмовитися від будь-якого плану або будь-яких претензій (наприклад, перемогти на олімпіаді, вступити до ВНЗ, розбагатіти, стати найкращим учнем класу, потрапити у групу учнів, які вирушають у закордонну екскурсію, взяти шлюб із певною особою), доходжу висновку, що я:

- а) буду нещасним до кінця життя;
- б) маю стільки інших інтересів, що скоро знайду що-небудь натомість;
- в) повний рішучості домогтися здійснення свого будь-що, навіть якщо на це піде решта життя;

- г) намагаюся з невдачі дістати якомога більше життєвих уроків;
- д) ні на що краще не міг сподіватися;
- е) буду нещасливим протягом якогось часу, але подолаю цей стан;
- ж) не можу відповісти на це питання.

4. *Міра, якою люди мені подобаються за своїм характером:*

- а) або дуже висока, або нульова;
- б) при першому знайомстві люди можуть мені подобатись, але не настільки, щоб я відразу захотів стати їхнім кращим другом;
- в) кожна людина начебто подобається мені при першій зустрічі, але потім я часто розчаровуюся;
- г) люди подобаються мені тільки в тому випадку, коли я знаю їх дуже добре;
- д) мені ніхто не подобається;
- е) багато людей деякою мірою мені подобаються;
- ж) не можу відповісти на це питання.

5. *Я схильний повідомляти малознайомим людям про свої невдачі, провали або нездатність таким чином:*

- а) розповідаю про них, коли здається, що це викликає у когось щирі цікавість;
- б) побіжно розповідаю про свої невдачі і тільки тоді, коли це доречно в ході розмови;
- в) іноді згадую про свої невдачі з метою вилити душу і викликати співчуття співрозмовника;
- г) як правило, не згадую про свої невдачі, щоб не створювати проблем для співрозмовника;
- д) часто не можу втриматися від бажання поскаржитися на свої невдачі;
- е) свої невдачі намагаюся зобразити як успіхи;
- ж) не можу відповісти на це питання.

6. *Люди, чия думка відрізняється від моєї:*

- а) іноді виявляються праві;
- б) зазвичай є достатньо підготовленими і тому впевненими в собі;
- в) просто недостатньо освічені;
- г) знаходять для себе задоволення в тому, що мають власну думку;
- д) висловлюють інший погляд на це питання, аби суперечити;
- е) нерідко перевершують мене в компетентності або в інтелектуальному аспекті;
- ж) не можу відповісти на це питання.

7. *Я вважаю за краще у грі або змаганні мати такого противника, який:*

- а) є майстром і перевершує мене, бо в цьому випадку в мене буде більше шансів удосконалити свої вміння;
- б) дещо перевершує мене, в цьому випадку випробування мене більше стимулює;
- в) є рівним мені за силою, тоді обидва супротивники показують свій максимум і мають рівні шанси здобути перемогу;

- г) слабкіше за мене, і я знаю, що зможу в нього виграти;
- д) намагатиметься сам, аби я виграв і зберіг віру у свої сили;
- е) дещо слабше, і в мене буде шанс виграти;
- ж) не можу відповісти на це питання.

8. *Для мене життя варте чогось лише тією мірою, якою я можу:*

- а) добиватися успіхів у всіх своїх починаннях;
- б) повністю реалізувати свій творчий потенціал;
- в) отримувати всі необхідні матеріальні блага в готовому вигляді, аби займатися лише хобі;

- г) мати можливість добувати кошти для свого власного розвитку;
- д) мати можливість порівняно спокійного життя;
- е) вести забезпечений, безтурботний спосіб життя;
- ж) не можу відповісти на це питання.

9. *Моя тенденція дискутувати з однокласниками полягає в тому, що:*

- а) мені важко втриматися від суперечки з приводу;
- б) зазвичай я беру участь у дискусіях, якщо тема мене цікавить;
- в) я рідко сперечаюся з кимось, бо зазвичай люди, які дискутують, прагнуть не істини, а визнання своєї точки зору;

- г) не люблю втягуватись у дискусії через їх сумбурність;
- д) не люблю дискусій, бо рідко виходжу з них переможцем;
- е) уникаю брати участь у дискусіях через свою боязкість;
- ж) не можу відповісти на це питання.

10. *Коли хтось із членів моєї сім'ї критикує мене, моя звичайна реакція полягає в тому, щоб:*

- а) проаналізувати причини і мотиви критики;
- б) поцікавитись у автора критики її підставами і врахувати їх у своїх подальших діях;

- в) нічого не сказати, забути про неї;
- г) при нагоді самому піддати опонента критиці;
- д) у разі впевненості у своїй правоті захистити себе;
- е) нічого не сказавши, матиму зуб проти "критика";
- ж) не можу відповісти на це питання.

11. *У своїх спробах домогтися успіхів у житті насамперед я покладаюся на:*

- а) допомогу родини, батьків;
- б) власні зусилля і наполегливість;
- в) відсутність могутніх ворогів;
- г) везіння;
- д) сприяння впливових знайомих;
- е) допомога вірних друзів;
- ж) не можу відповісти на це питання.

12. *Стосовно довіри до людей я дотримуюся того принципу, що:*

- а) потрібно людям довіряти, але при цьому всіх без винятку перевіряти;
- б) довіряти не можна нікому, навіть самому собі;
- в) якоюсь мірою довіряти потрібно кожній людині;

г) усе залежить від конкретної людини: одним можна цілком довіряти, іншим – ні на йоту;

д) люди зазвичай не виправдовують вашої довіри;

е) надмірна довірливість – моя найбільша слабкість;

ж) не можу відповісти на це питання.

13. Моя реакція на думку про власну смерть полягає:

а) у сильному відштовхуванні цієї думки;

б) у тому, що я часто думаю про смерть і мрію, аби вона була миттєвою;

в) у тому, що я приймаю це як даність, кінцеву неминучість і часто про це не думаю;

г) у тому, що я часто про це думаю, мрію мати сильну волю для гідної зустрічі зі смертю;

д) у тому, що я боюся смерті, але не часто говорю про це іншим;

е) я думаю про смерть і боюся її лише під безпосереднім враженням від звістки про чийось смерть;

ж) не можу відповісти на це питання.

14. Я намагаюся справити сприятливе враження на інших людей, це виявляється в тому, що я:

а) будую щодо цього певні плани і присвячую багато часу;

б) рідко заздалегідь планую робити це, але якщо випадає можливість, намагаюся справити добре враження;

в) присвячую цьому мало часу;

г) не люблю цю тенденцію в інших і ніколи не роблю цього сам;

д) дуже глибоко і довго страждаю, коли виявляється, що про мене склалося несприятливе враження серед шанованих мною людей;

е) переживаю приємне відчуття, коли виявляється, що про мене склалося сприятливе враження;

ж) не можу відповісти на це питання.

15. Натрапляючи на незвичайну проблему в особистих справах, я:

а) ніколи не вагаюся відразу ж звернутися по допомогу до когось, хто знає про це більше, ніж я;

б) якщо є можливість, відразу ж прошу кого-небудь із друзів допомогти мені;

в) дуже рідко турбую кого-небудь із друзів проханням про допомогу;

г) ніколи не звертаюся по допомогу до сторонніх;

д) докладаю всіх зусиль для її вирішення, перш ніж звернуся до кого-небудь по допомогу;

е) після деяких коливань звертаюся до друзів по допомогу;

ж) не можу відповісти на це питання.

16. Моє ставлення до родичів і друзів таке, що я:

а) ціную тих із них, хто для мене близький за своїми духовними інтересами;

б) ціную тих із них, хто стимулює мене в інтелектуальному плані;

в) мені потрібно більше друзів і родичів, аніж я маю наразі;

г) тієї кількості друзів і родичів, яких я маю зараз, мені достатньо;

д) вони не є необхідними для мого щастя;

е) ціную тих із них, хто, як і я, цікавляться в основному матеріальними речами;

ж) не можу відповісти на це питання.

17. Коли хтось із моєї родини несправедливо, як мені здається, критикує або просто чіпляється до мене, моєю звичайною реакцією є:

а) нагадувати, але нічого не говорити;

б) підтримувати мир у сім'ї, погоджуючись із тим, хто критикує;

в) нічого не говорити, але спробувати пізніше звести рахунки;

г) намагатися зрозуміти, чому мене критикують, і, виявляючи витримку, гідно захистити себе;

д) не брати почуте близько до серця, бо з часом усе владнається;

е) розсердившись, вступити в суперечку;

ж) не можу відповісти на це питання.

18. Спосіб, яким я реагую на релігію, полягає в тому, що я:

а) не потребую жодної релігії, але, думаю, що для більшості людей вона необхідна;

б) читаю і проводжу спостереження щодо різних релігій і в результаті згодом вирішу для себе це питання;

в) займаюся винаходом власної релігії, котра, я сподіваюся, з часом мене задовольнятиме;

г) маю релігію, яка мене задовольняє;

д) вважаю релігію моїх батьків найприйнятнішою для себе;

е) приймаю релігію моїх батьків, хоча вона мене й не задовольняє;

ж) не можу відповісти на це питання.

19. Я читаю і вивчаю інформацію про соціально-політичні та економічні зміни в інших країнах, це виявляється в тому, що я:

а) зовсім не цікавлюся цією інформацією;

б) занадто зайнятий вирішенням власних проблем, щоб перейматися проблемами, що існують в інших частинах світу;

в) роблю це дуже рідко і з випадкових приводів;

г) виявляю інтерес мінімально;

д) роблю це із задоволенням, але без будь-яких конкретних висновків для своєї країни;

е) прагну вивчати умови в інших частинах світу, щоб зіставляти з ними становище власної країни і мріяти про його поліпшення;

ж) не можу відповісти на це питання.

20. Змушений публічно виступати, я вважаю, що:

а) це надзвичайно складно і викликає в мене збентеження і заїкання;

б) це складно, але я можу опанувати себе без помітних ознак збентеження;

в) це надзвичайно складно, але, оскільки під питанням моя самоповага, я не відмовляюся;

г) зазвичай я можу говорити без особливих зусиль;

д) я часто відчуваю задоволення, висловлюючись публічно;

е) це складно, оскільки я не відчуваю впевненості в доброзичливості аудиторії;

ж) не можу відповісти на це питання.

21. Я читаю і вивчаю інформацію про соціально-політичні та економічні зміни в рідній країні, це виявляється в тому, що я:

а) багато читаю стосовно цієї теми, бо мене глибоко хвилюють події, що відбуваються в нашому суспільстві;

б) читаю таку інформацію тільки тоді, коли більше нічого читати або коли я це змушений робити;

в) читаю таку інформацію порівняно регулярно;

г) вважаю це заняття безглуздом, бо проста людина все одно ні на що вплинути не може;

д) читаю таку інформацію тільки для того, аби принагідно мати можливість узяти участь в її обговоренні;

е) ні, я глибоко байдужий до всього, що виходить за межі моїх особистих справ;

ж) не можу відповісти на це питання.

22. Моя реакція на позитивну публікацію в пресі мого імені або імені когось із моїх рідних і близьких полягає в тому, що я:

а) відчуваю велике задоволення і часто з гордістю показую відповідне місце своїм друзям і знайомим;

б) внутрішньо переживаю приємне відчуття, але стійко стримуюся від будь-яких його проявів;

в) не відчуваю радісного хвилювання, бо розумію нікчемність цієї події;

г) у перший момент переживаю приємне відчуття, але тут же забуваю про цю подію;

д) переживаю приємне відчуття, хоч і вважаю, що це прояв душевного марнославства;

е) протягом деякого часу переживаю приємне відчуття, про яке можу стримано розповісти близьким і друзям;

ж) не можу відповісти на це питання.

23. Моє ставлення до прикмет, передчуттів тощо полягає в тому, що:

а) на своєму життєвому досвіді я переконався: вони майже завжди вказують на успіх чи невдачу в будь-якій діяльності;

б) зазвичай вони віщують успіх або невдачу в будь-якій діяльності;

в) я не можу вирішити, чи це випадковість, чи вони дійсно віщують певні події;

г) я не вірю, що вони провіщають щось для когось і тому не запам'ятовую їх;

д) я розумію, що вони помилкові, але ловлю себе на увазі до них;

е) борючись з їх впливом на себе, дію їм наперекір;

ж) не можу відповісти на це питання.

24. *Моя активність у навчанні характеризується одним із таких варіантів:*

- а) завжди прагну відігравати провідну роль у дискусіях;
- б) іноді втягуюсь у дискусію, не будучи достатньо компетентним в обговорюваному питанні;
- в) не беру участі в дискусіях, якщо не впевнений в істинності і цінності того, про що збираюся сказати;
- г) ніколи не беру участі в дискусії, бо не вірю в їх корисність;
- д) беру участь, коли потрібно підтримати дискусію, але не керувати нею;
- е) завжди беру участь у дискусіях, хоча й не прагну лідерства;
- ж) не можу відповісти на це питання.

25. *Я звертаюся до віщунів тому, що вони:*

- а) можуть бути корисними, тільки коли натрапляєш на серйозну проблему і не знаєш, яке прийняти рішення;
- б) іноді можна звернутися до них, коли знаєш, що друзі теж збираються це зробити (заради розваги);
- в) заслуговують на те, щоб консультуватися в них за кожної нагоди;
- г) ніколи їх не відвідую, бо вважаю їх шахраями;
- д) мають надзвичайну інтуїцію, що дозволяє їм іноді правильно передбачати долю людини;
- е) непогані психологи;
- ж) не можу відповісти на це питання.

26. *Я зважуюся на фінансовий ризик, який полягає в тому, що я:*

- а) часто йду на значний ризик, бо якщо я виграю, то виграю багато;
- б) іду на серйозний ризик тільки тоді, коли баланс явно на мою користь;
- в) не допускаю серйозного ризику і в разі програшу не піддаюся ніякому азарту;
- г) використовую невеликі шанси, бо за цих умов у разі програшу можу продовжувати свої спроби;
- д) не покладаюся на жодні випадки, вважаю за краще мати стовідсоткову гарантію;
- е) не можу жити без постійного ризику;
- ж) не можу відповісти на це питання.

27. *Моє ставлення до світу в цілому полягає в тому, що:*

- а) він сповнений зла і я не очікую від нього нічого радісного;
- б) він має багато спокус, тому важко будь-кому залишатися безгрішним, але все одно прагнути цього треба;
- в) світ являє собою цікаву панораму, я прагну використовувати свої сили для його вдосконалення;
- г) світ може бути хорошим, якщо життя людей буде наповнене гідністю і справжньою добротою, потрібно присвячувати цьому всі сили;
- д) я живу лише раз, тому маю намір насолоджуватися життям, а не мріяти про благо всього людства;

е) я є частиною світу, хороший він чи поганий, тому приймаю його таким, яким він є;

ж) не можу відповісти на це питання.

28. З огляду на те, що кожен хоче мати багато грошей для задоволення своїх потреб, я так само хочу більше грошей для того, аби:

а) жити ні в чому собі не відмовляючи, мати кращий будинок, кращий автомобіль, багато красивого і модного одягу і т. ін.

б) здійснити свої життєві плани, такі, як удосконалення свого бізнесу або професійних здібностей, отримання високоякісної освіти і т. ін.;

в) мати можливість купувати лотерейні квитки, жетони для ігрових автоматів тощо;

г) мати можливість допомагати родичам і близьким людям, які цього потребують;

д) застрахувати своє життя;

е) аби мати можливість робити те, що захочу;

ж) не можу відповісти на це питання.

29. Під час перегляду щоденних газет моє ставлення до матеріалів стосовно моєї майбутньої професії полягає в тому, що:

а) завжди уважно прочитую такі матеріали;

б) читаю тільки ті матеріали, які мені цікаві;

в) дуже рідко читаю щось про свою професію, мені вистачає того, що маю на роботі;

г) рідко читаю матеріали про свою професію;

д) не читаю такі матеріали, бо вони мені нудні;

е) ненавиджу такі матеріали, бо не люблю свою професію;

ж) не можу відповісти на це питання.

30. Як би ви вчинили, коли б начальство наполегливо пропонувало вам посаду, для якої у вас, як ви самі розумієте, немає достатніх даних, але яку вам дуже хотілося б посісти:

а) рішуче відмовилися б, посилаючись на неадекватність (невідповідність) своєї кандидатури;

б) погодилися б із побоювання викликати своєю відмовою невдоволення;

в) погодилися б, але за умови, що буде надано тривалий випробувальний термін, за час якого ви докладете максимум зусиль для заповнення наявних прогалин;

г) відразу погодилися б, діючи за принципом “не святі горшки ліплять”;

д) погодилися б після деяких коливань з огляду на те, що люди, які обіймають подібні посади, анітрохи не краще за вас;

е) погодилися б, але тільки тимчасово виконувати обов’язки, аби якось допомогти справі;

ж) не можу відповісти на це питання.

31. У будинку відпочинку ви жили в одному номері з людиною, з якою у вас виявилось багато спільного. Розлучаючись, обмінялись номерами телефонів. Імовірність того, що в подальшому ви першим спробуєте відновити контакти:

- а) 100 %;
- б) 80 %;
- в) 60 %;
- г) 40 %;
- д) 20 %;
- е) 0 %;

ж) не можу відповісти на це питання.

32. Коли б у вас була для цього необмежена можливість, то як часто ви зустрічалися б для таємних бесід зі своїми близькими друзями, цікавлячись їхніми проблемами, намірами:

- а) щодня;
- б) приблизно тричі на тиждень;
- в) приблизно двічі на тиждень;
- г) один раз на тиждень;
- д) один раз на 2 тижні;
- е) один раз на місяць;

ж) не можу відповісти на це питання.

33. Ч (варіант для чоловіків). Як би ви повелись у ситуації нерозділеного кохання за наявності щасливого суперника, у перевагах якого ви дуже сумніваєтеся:

а) змирилися б і намагались якомога швидше погасити своє почуття, шукаючи заміну середу інших дівчат;

б) доклали всіх зусиль для дискредитації конкурента в очах вашої обраниці;

в) зберігали б і не приховували своє почуття, але трималися б із гідністю, ніяк його не нав'язуючи;

г) погодились б із роллю відданого друга, з яким ваша обраниця скаржить на те, що їй не відповідають взаємністю (робили б це, сподіваючись на її прозріння);

д) постарались б стати для цієї пари відданим другом, аби мати можливість частіше зустрічатися з предметом свого кохання;

е) мовчки і безсило страждали б від горя на самоті;

ж) не можу відповісти на це питання.

33. Ж (варіант для жінок). Як би ви повелись у ситуації нерозділеного кохання за наявності щасливої суперниці, у перевагах якої ви дуже сумніваєтеся:

а) змирилися б і намагались якомога швидше погасити своє почуття, спілкуючись з іншими людьми;

б) доклали всіх зусиль для дискредитації конкурентки в очах вашого обранця;

в) зберігали б своє почуття, але, тримаючись із гідністю, ніяк його не нав'язували;

г) мовчки і безсило страждали б від горя на самоті;

д) застосували б усіх заходів для того, аби виключити можливість навіть випадкових зустрічей із предметом вашого нерозділеного кохання;

е) зберігали б своє почуття, але, тримаючись із гідністю, водночас намагалися б звернути увагу свого обранця на наявні у вас внутрішні і зовнішні чесноти;

ж) не можу відповісти на це питання.

Обробка та інтерпретація результатів

Оцінкою особистісної зрілості є алгебраїчна сума балів, набрана за всіма питаннями тесту. Ця оцінка може бути в межах від +99 до -99 балів. Бали виставляються відповідно до ключа, наведеного нижче (табл. 2.28).

Рівневі оцінки особистісної зрілості:

+99 ... +75 – дуже високий рівень;

+74 ... +50 – високий;

+49 ... +25 – задовільний;

менше +25 – незадовільний.

Таблиця 2.28 – Ключі до тесту

1. (а) -3 (б) -2 (в) -1 (г) +3 (д) +2 (е) +1 (ж) 0	2. (а) +3 (б) -1 (в) -3 (г) +1 (д) -2 (е) +2 (ж) 0	3. (а) -3 (б) +2 (в) -2 (г) +3 (д) +1 (е) -1 (ж) 0	4. (а) -2 (б) +2 (в) -1 (г) +3 (д) -3 (е) +1 (ж) 0	5. (а) +2 (б) +1 (в) -2 (г) +3 (д) -3 (е) -1 (ж) 0	6. (а) +1 (б) +2 (в) -3 (г) -1 (д) -2 (е) +3 (ж) 0	7. (а) +3 (б) +2 (в) +1 (г) -2 (д) -3 (е) -1 (ж) 0	8. (а) +3 (б) +2 (в) -1 (г) +1 (д) -2 (е) -3 (ж) 0	9. (а) -1 (б) +3 (в) +1 (г) +2 (д) -2 (е) -3 (ж) 0	10. (а) +2 (б) +3 (в) -2 (г) -1 (д) +1 (е) -3 (ж) 0
11. (а) +1 (б) +3 (в) -2 (г) -3 (д) -1 (е) +2 (ж) 0	12. (а) +1 (б) -2 (в) -1 (г) +3 (д) +2 (е) -3 (ж) 0	13. (а) -3 (б) -1 (в) +2 (г) +3 (д) -2 (е) +1 (ж) 0	14. (а) -2 (б) +1 (в) +2 (г) +3 (д) -3 (е) -1 (ж) 0	15. (а) -3 (б) -2 (в) +1 (г) +2 (д) +3 (е) -1 (ж) 0	16. (а) +3 (б) +2 (в) +1 (г) -1 (д) -3 (е) -2 (ж) 0	17. (а) -1 (б) -2 (в) -3 (г) +3 (д) +2 (е) +1 (ж) 0	18. (а) -1 (б) +1 (в) +2 (г) +3 (д) -2 (е) -3 (ж) 0	19. (а) -3 (б) -2 (в) -1 (г) +1 (д) +2 (е) +3 (ж) 0	20. (а) +3 (б) -1 (в) -2 (г) +2 (д) +3 (е) +1 (ж) 0
21. (а) +3 (б) +1 (в) +2 (г) -2 (д) -1 (е) -3 (ж) 0	22. (а) -3 (б) +2 (в) -2 (г) -1 (д) +1 (е) +3 (ж) 0	23. (а) -3 (б) -2 (в) -1 (г) +3 (д) +1 (е) +2 (ж) 0	24. (а) -3 (б) -2 (в) +3 (г) -1 (д) +2 (е) +1 (ж) 0	25. (а) -2 (б) -1 (в) -3 (г) +3 (д) +2 (е) +1 (ж) 0	26. (а) -2 (б) -1 (в) +3 (г) +2 (д) +1 (е) -3 (ж) 0	27. (а) -2 (б) +1 (в) +2 (г) +3 (д) -3 (е) -1 (ж) 0	28. (а) -3 (б) +2 (в) -1 (г) +3 (д) +1 (е) -2 (ж) 0	29. (а) +3 (б) +2 (в) -1 (г) +1 (д) -2 (е) -3 (ж) 0	30. (а) +1 (б) -1 (в) +3 (г) -3 (д) -2 (е) +2 (ж) 0
31. (а) +3 (б) +2 (в) +1 (г) -1 (д) -2 (е) -3 (ж) 0	32. (а) +3 (б) +2 (в) +1 (г) -1 (д) -2 (е) -3 (ж) 0	33м. (а) +1 (б) -3 (в) +3 (г) +2 (д) -1 (е) -2 (ж) 0	33ж. (а) -2 (б) -3 (в) +2 (г) -1 (д) +1 (е) +3 (ж) 0						

Аналогічним чином визначаються оцінки за окремими шкалами тесту.

1. *Мотивація досягнень*. Питання: 2, 7, 8, 9, 11, 12, 15, 26, 27, 29, 30.

+33 ... +24 – дуже високий рівень;

+23 ... +15 – високий;

+14 ... +7 – задовільний;

менше +7 – незадовільний.

2. *Ставлення до свого “Я” (“Я”-концепція)*. Питання: 1, 2, 5, 6, 7, 9, 10, 13, 14, 15, 17, 18, 22, 23, 24, 25, 26, 30.

+54 ... +42 – дуже високий рівень;

+41 ... +30 – високий;

+29 ... +20 – задовільний;

менше +20 – незадовільний.

3. *Почуття громадянського обов’язку*. Питання: 9, 16, 19, 21, 24, 28.

+18 ... +12 – дуже високий рівень;

+11 ... +7 – високий;

+6 ... +4 – задовільний;

менше +4 – незадовільний.

4. *Життєва установка*. Питання: 3, 4, 9, 11, 12, 13, 17, 18, 20, 26, 27, 28.

+36 ... +27 – дуже високий рівень;

+26 ... +19 – високий;

+18 ... +11 – задовільний;

менше +11 – незадовільний.

5. *Здатність до психологічної близькості з іншою людиною*. Питання: 4, 5, 15, 16, 31, 32, 33м або 33ж.

+21 ... +15 – дуже високий рівень;

+14 ... +10 – високий;

+9 ... +7 – задовільний;

менше +7 – незадовільний.

Загальна характеристика шкал

1. *Мотивація досягнень*. Під цим терміном мають на увазі загальну спрямованість діяльності індивіда на значущі життєві цілі, прагнення до максимально повної самореалізації, самостійність, ініціативність, прагнення до лідерства, досягнення високих результатів.

2. *Ставлення до свого “Я” (“Я”-концепція)*. Ця шкала оцінює особистість людини за такими характеристиками зрілості, як упевненість у своїх можливостях, задоволеність своїми здібностями, темпераментом і характером, своїми знаннями, уміннями й навичками. Водночас цей аспект передбачає такий істотний параметр поведінки, як адекватну самооцінку, високу вимогливість до себе, відсутність самовдоволення, скромність, повагу до інших людей. Усі ці якості несумісні з так званим комплексом неповноцінності, нерідко виявляється в неусвідомленому прагненні підбадьорити себе похвалами, бравадою, саморекламою і т. ін.

3. *Почуття громадянського обов'язку.* Із цим поняттям пов'язані такі якості, як патріотизм, інтерес до явищ суспільно-політичного життя, почуття професійної відповідальності, потреба в спілкуванні, колективізм.

4. *Життєва установка.* У цей досить умовний термін вкладають такі узагальнені якості, як розуміння відносності всього суцього, переважання інтелекту над почуттям, емоційну врівноваженість, розсудливість (на протигагу імпульсивності).

5. *Здатність до психологічної близькості з іншою людиною.* Це поняття включає такі особистісні якості, як доброзичливість до людей, емпатія (здатність до співчуття і співпереживання), уміння слухати, потреба в духовній близькості з іншими людьми.

2.4.6 Методика “Особистісні чинники прийняття рішень” (Т. В. Корнілова)

Методика “Особистісні чинники прийняття рішень” (ЛФР-25), розроблена Т. В. Корніловою, спрямована на виявлення двох особистісних властивостей – готовності до ризику і раціональності – як психологічних змінних, що відображають характеристики особистісної регуляції виборів суб'єкта (як прийняття рішень) у широкому контексті життєвих ситуацій.

Опитувальник будується на припущенні про можливість усвідомлення особистістю того, якою мірою для неї характерні продуктивні способи вирішення ситуацій невизначеності, тобто пункти, що входять до опитувальника, відображають суб'єктивні репрезентації особистісного ризику в самосвідомості.

У концепції Т. В. Корнілової “Готовність до ризику” розуміється як особистісна властивість саморегуляції, що дозволяє людині приймати рішення і діяти в ситуаціях невизначеності. Таким чином, це не стільки особистісна диспозиція, скільки досить генералізована характеристика способів виходу суб'єкта із ситуацій невизначеності. Як індивідуальна характеристика ця готовність передбачає також оцінювання суб'єктом свого минулого досвіду (щодо почуття “Я ризикую”, результативності своїх дій у ситуаціях шансу, уміння покладатися на себе без достатнього орієнтування в ситуації і т. ін.).

Готовність до ризику пов'язується з різними видами активності, у тому числі і з тими, що мають неадаптивний характер. Критерій прийняття ризику включає акт суб'єктивної оцінки: ризик, з точки зору суб'єкта, є там, де ним не тільки виявлена невідповідність необхідних і наявних (або потенційних) можливостей в управлінні ним ситуацією, але й невизначена оцінка самого потенціалу своїх можливостей.

Шкала раціональності вимірює готовність обдумувати свої рішення і діяти за можливо повного орієнтування в ситуації, що може характеризувати різні, у тому числі й ризиковані рішення суб'єкта.

Інструкція. Вам запропонований ряд висловлювань. Якщо висловлювання переважно характеризує вас, то в бланку “Протокол” ви ставите

“+1”, якщо воно характеризує вас тільки наполовину – “0”, якщо воно вам не відповідає – “-1”. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Текст опитувальника

1. При подготовке к контрольной работе (экзамену, зачету и т. п.) я стараюсь получить всю информацию, все необходимые знания.
2. При решении проблемы я обдумываю и оцениваю все возможные варианты, даже если какие-то из них нереальны или неприемлемы.
3. Именно действия, а не размышления помогают мне достичь желаемых результатов.
4. В ситуациях, требующих решения, я всегда бываю так увлечен или разочарован делом, что выбор меня не затрудняет.
5. Я могу утверждать или отрицать только то, о чем точно осведомлен.
6. Я осторожен в своих планах и действиях.
7. Я неохотно ставлю на карту что-либо, предпочитаю действовать наверняка.
8. Я всегда забочусь о тщательности и точности в своих планах и действиях.
9. Я робок.
10. Я принимаю решения не на авось, а только после основательных размышлений.
11. Я действую согласно девизу “Не зная броду, не суйся в воду”.
12. Я предпочитаю неоднократно обдумывать решения, чтобы не сделать ошибки.
13. Я охотно и смело иду на большой риск.
14. Только осознав всю правильность основ своего действия, я принимаю решение.
15. Я высказываю свое мнение, даже если большинство других людей занимают противоположную позицию.
16. На работу, которая кажется мне неинтересной, я решаюсь даже тогда, когда мне неясно, справлюсь ли я с ней.
17. Я легко заговариваю с незнакомыми людьми, с которыми хотел бы вступить в разговор.
18. Я охотно заменил бы своего начальника, чтобы показать, чего я могу добиться, даже рискуя наделать ошибок.
19. Я не принимаю решения, пока не обдумаю всех его последствий.
20. Меня тяготила бы ситуация самостоятельного ведения переговоров.
21. Даже если я знаю, что мои шансы невелики, я все равно попытаю счастья.
22. В ситуации неопределенности выбора я все же склонен заключить сделку.
23. Мне не доставляет труда принимать самостоятельные решения.
24. Я доверяюсь партнеру только в том случае, если имею о нем достаточно полную информацию.

25. К успеху в делах меня приводит скорее неутомимость попыток, чем скрупулезность расчетов.

Обработка та інтерпретація результатів

До шкали “Раціональність” відносять такі пункти опитувальника: 1, 2, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 19, 24.

За кожен позитивну відповідь нараховується один бал, підраховується набрана сума балів (максимум очок – 12). Чим ближче набраний респондентом бал до максимуму, тим вираженіша в нього “Раціональність”.

До шкали “Готовність до ризику” відносять пункти: 3, 4, 7 (зі зворотним значенням, тобто зі знаком “мінус”), 13, 15, 16, 17, 18, 20 (зі зворотним значенням), 21, 22, 23, 25. За кожен позитивну відповідь нараховується один бал, підраховується набрана сума балів (максимум очок – 13). Чим ближче набраний респондентом бал до максимуму, тим вираженіша в нього “Готовність до ризику”.

2.4.7 Методика “Вольові якості особистості” (М. В. Чумаков)

Методика “Вольові якості особистості”, розроблена М. В. Чумаковим, спрямована на дослідження загальної оцінки ступеня розвитку емоційно-вольової регуляції, що забезпечує свідому, навмисну, здійснювану на основі власного рішення поведінку. Ця регуляція має складну системну природу, включає в себе різні рівні, фази, стадії. Складність вимірюваної психологічної реальності відбивається в опитувальнику виділенням різних шкал. Шкали методики утворені емпіричним шляхом за допомогою факторного аналізу прикметників, виділених методом семантичної подібності.

Окрім загального рівня розвитку волі опитувальник дозволяє визначити й окремі вольові прояви особистості: відповідальність, ініціативність, рішучість, самостійність, витримку, наполегливість, енергійність, уважність, цілеспрямованість.

Інструкція. Читайте уважно кожне твердження. Поміркуйте, наскільки це твердження характерне для вас. Виходячи з цього виберіть відповідь із чотирьох запропонованих варіантів і його номер поставте у бланку для відповіді навпроти номера відповідного твердження. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу

Варіанти для відповіді: 1 – правильно; 2 – скоріше правильно; 3 – скоріше неправильно; 4 – неправильно.

Пам’ятайте, що в опитувальнику немає поганих або хороших відповідей, оскільки йдеться не про ваші здібності, а про індивідуальні особливості вашої особистості.

Не замислюйтеся над відповіддю занадто довго, важливіша ваша перша реакція, а не результат тривалих роздумів.

Текст опитувальника

1. Если я присутствую на каком-либо собрании, то, как правило, выступаю.
2. Я немного завидую тем, кто не лезет за словом в карман.
3. Я редко обращаюсь к кому-либо за помощью.
4. Я плохо переношу боль.
5. Я скорее пессимист, чем оптимист.
6. Я могу быстро сосредоточиться, если нужно.
7. У меня нет четкой цели в жизни.
8. Я не могу про себя сказать, что я человек, легкий на подъем.
9. Мне стоило бы быть более решительным.
10. Даже короткое время мне трудно обходиться без близких мне людей.
11. Обычно у меня получается закончить дело несмотря на трудности.
12. Я веду активный образ жизни.
13. Музыка, шум легко отвлекают меня.
14. Когда я приступаю к делу, я обдумываю все до мелочей.
15. Часто как-то само собой получается, что я оказываюсь в роли лидера.
16. Когда мне отказывают, мне трудно вновь повторить свою просьбу.
17. Я совершенно не могу сидеть без дела.
18. Я – не очень собранный человек.
19. Я хорошо знаю, чего хочу.
20. Мне бывает трудно сделать первый шаг.
21. Я не люблю рисковать.
22. Я бы чувствовал (чувствовала) себя очень неуютно, если бы мне пришлось ехать одному (одной) в дальнюю поездку.
23. Если что-то не получается с первого раза, я вновь и вновь повторяю попытки.
24. У меня часто бывает упадок сил.
25. Мне нетрудно концентрировать внимание.
26. Меня не пугают отдаленные цели.
27. Я очень редко опаздываю на работу, учебу, встречи.
28. Когда я учился (училась) в школе, я часто вызывался (вызывалась) отвечать на уроке.
29. Я быстро принимаю решения.
30. Мне нравится научиться чему-либо без посторонней помощи.
31. Я не боюсь надоедать людям повторяющимися просьбами.
32. Отдых – это просто смена деятельности.
33. Я не часто выступаю зачинщиком новых начинаний.
34. Я склонен (склонна) к сомнениям.
35. Мне трудно идти против мнения группы.
36. Я легко поддаюсь панике.
37. В случае неудачи у меня опускаются руки.
38. Я быстро восстанавливаю силы.
39. Я могу долго работать не отвлекаясь.

40. Нельзя сказать, что я – целеустремленный человек.
41. Я все время выдумываю что-то новое.
42. Я часто советуюсь с другими людьми.
43. Я не могу долго переносить напряженные физические нагрузки.
44. Я – мягкий человек.
45. Я бы не сказал (не сказала), что я – энергичный человек.
46. Действительно, я нередко бываю рассеянным (рассеянной).
47. Я знаю, кем хочу быть в жизни, и стремлюсь к этому.
48. Нередко мне самому (самой) приходится показывать пример окружающим.
49. Мне хорошо знакомы мучительные колебания, когда нужно сделать выбор.
50. Я могу быть очень настырным (настырной).
51. Я часто чувствую сонливость днем.
52. Я умею ставить себе ясные и четкие цели.
53. Я старательно выполняю обязанности по работе, учебе.
54. Мне не хватает уверенности в себе.
55. Я терпеливо дозваниваюсь, если номер занят.
56. Неблагоприятные обстоятельства часто мешают мне закончить начатое.
57. Обычно я жизнерадостен (жизнерадостна) и полон (полна) сил.
58. Не могу долго удерживать внимание, если мне не интересно.
59. Как правило, я составляю план на неделю.
60. Я сам (сама) проявляю инициативу при знакомстве.
61. Я могу иногда прогулять работу (учебу), если знаю, что мне это сойдет с рук.
62. Меня нельзя назвать инициативным человеком.
63. Я люблю все делать быстро.
64. Я могу долго стиснув зубы преодолевать неприятности.
65. Я могу долго работать не уставая.
66. Если я берусь за дело, то погружаюсь в него целиком и полностью.
67. Я стараюсь расположить дела по степени важности и начинаю с тех, которые наиболее важны.
68. Я – вспыльчивый человек.
69. Про меня можно сказать, что я немного ветреный (ветреная).
70. Я – внушаемый человек.
71. Я умею сдерживать гнев.
72. Я – обязательный человек.
73. В целом меня можно назвать терпеливым человеком.
74. Я серьезно отношусь к домашним обязанностям.
75. Люблю решать все сам (сама).
76. Я могу долго выполнять не интересное, но нужное дело.
77. У меня плохо получается скрывать от окружающих, что я расстроен (расстроена).
78. Я упорно достигаю своих целей.

Обробка та інтерпретація результатів

Якщо питання прямі, за відповідь “правильно” присвоюється 3 бали, за відповідь “скоріше правильно” – 2 бали, за відповідь “скоріше так” – 1 бал і за відповідь “так” – 0 балів.

Якщо питання зворотні, то за відповідь “правильно” присвоюється 0 балів, за відповідь “скоріше правильно” – 1 бал, за відповідь “скоріше так” – 2 бали і за відповідь “так” – 3 бали.

Бали за шкалами підраховуються на основі ключа до опитувальника (табл. 2.29). Підсумковий бал отримують підсумовуванням балів за 9 шкалами. Для переведення “сирих” балів у стени використовуються наведені нижче таблиці (табл. 2.30, 2.31).

Таблиця 2.29 – Ключі до опитувальника

№	Шкали	Прямі питання	Зворотні питання
1	Відповідальність	11, 14, 27, 53, 72, 74	61, 69
2	Ініціативність	1, 15, 28, 41, 48, 60	8, 20, 33, 62
3	Рішучість	29, 63	2, 9, 21, 34, 49, 54
4	Самостійність	3, 30, 75	10, 22, 35, 42, 70
5	Витримка	55, 64, 71, 73, 76	4, 36, 43, 68, 77
6	Наполегливість	23, 31, 50	16, 37, 44, 56
7	Енергійність	12, 17, 32, 38, 57, 65	5, 24, 45, 51
8	Уважність	6, 25, 39, 66	13, 18, 46, 58
9	Цілеспрямованість	19, 26, 47, 52, 59, 67, 78	7, 40

Таблиця 2.30 – Нормативна таблиця для шкал опитувальника

Шкали/бали	Стени									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Відповідальність	1-6	7-8	9-10	11-12	13-15	16-17	18-19	20-21	22-23	24
Ініціативність	1-4	5-7	8-9	10-12	13-15	16-17	18-20	21-23	24-25	26-30
Рішучість	1-3	3-4	5-7	8-9	10-11	12-14	15-16	17-18	19-21	22-24
Самостійність	1-4	5-6	7-8	9-10	11-13	14-15	16-17	18-19	20-21	22-24
Витримка	1-5	6-8	9-11	12-14	15-17	18-20	21-23	24-26	27-28	29-30
Наполегливість	1-4	5-6	7-8	9-10	11	12-13	14-15	16-17	18	19-21
Енергійність	1-9	10-11	12-14	15-16	17-19	20-22	23-24	25-27	28-29	30
Уважність	1-5	6-7	8-9	10-12	13-14	15-16	17-18	19-21	22-23	24
Цілеспрямованість	1-7	8-9	10-12	13-14	15-17	18-19	20-22	23-24	25-26	27
Рівні	Низький			Середній			Високий		Дуже високий	

Сумарна оцінка рівня вольової сфери особистості (загальний бал):

– прямі питання: 1, 3, 6, 11, 12, 14, 15, 17, 19, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 38, 39, 41, 47, 48, 50, 52, 53, 55, 57, 59, 60, 63, 64, 65, 66, 67, 71, 72, 73, 74, 75, 76;

– зворотні питання: 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 13, 16, 18, 20, 21, 22, 24, 33, 34, 35, 36, 37, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 49, 51, 54, 56, 58, 61, 62, 68, 69, 70, 77.

Таблиця 2.31 – Нормативна таблиця для підсумкового бала опитувальника. Стени.

Стени	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Бали	61–92	79–92	93–107	108–121	122–136	137–150	151–165	166–179	180–194	195–210

Підсумковий високий бал за опитувальником отримують відповідальні, обов'язкові, ініціативні, діяльні, упевнені, рішучі, наполегливі, енергійні, ті, хто добре контролюють свої емоції, незалежні, самостійні, цілеспрямовані, зібрані респонденти. Таких людей можна назвати вольовими в тому сенсі, в якому це розуміє більшість людей. Ті, хто отримали високий бал, старанно виконують свої обов'язки, мають добрий лідерський потенціал, швидко й незалежно приймають рішення, активні. У них є ясні життєві цілі і прагнення наполегливо їх досягати. Від цих особливостей в основному залежить успішність діяльності тоді, коли вона не ставить надто високих вимог до здібностей людини. За наявності високих здібностей вольові якості є додатковою істотною умовою успішності і стабільності діяльності. Імовірно, випробовувані з дуже високим загальним балом за тестом можуть бути більш фрустрованими і напруженими.

Низький бал за опитувальником характерний для схильних до коливань, невпевнених, безініціативних, несамостійних людей. Вони можуть нехтувати своїми обов'язками в ситуаціях, коли зовнішній контроль за їхніми діями ослаблений. Як правило, вони виявляють низьку активність, енергійність. У цієї категорії респондентів можуть бути проблеми з концентрацією уваги. Життєві цілі недостатньо усвідомлені, лідерські тенденції не виражені. Таких людей можна назвати безвільними в тому сенсі, як це розуміє більшість людей. За умови рівних здібностей вони, як правило, досягають менших або менш стабільних результатів у діяльності. Припускається, що респонденти з низьким балом за цим тестом менш внутрішньо напружені і фрустровані. З огляду на таку обставину, пропонуємо обережно застосовувати оцінний підхід до результатів тестування.

Інтерпретація проводиться шляхом аналізу дев'яти шкал, які в сукупності дають цілісну картину розвитку вольової регуляції поведінки.

Високий бал за шкалою “Відповідальність” отримують відповідальні, обов'язкові респонденти. Вони, як правило, дисципліновані і старанно виконують свої обов'язки. Є відомості про позитивну кореляцію цієї шкали з фактором *G* методики 16 PF Кеттелла. У деяких респондентів із високим балом може бути підвищена тривожність. Низький бал за цією шкалою отримують особи, яких можна назвати ненадійними і дещо безладними. Вони не перевантажують себе надмірними зобов'язаннями, простіше дивляться на життя і можуть мати нижчу тривожність.

Високий бал за шкалою “Ініціативність” характерний для ініціативних, діяльних людей із високими лідерськими тенденціями. Вони виступають провідниками новацій, прагнуть щось змінити. Добре виявляють себе в ситуаціях, коли необхідні зміни і новаторський підхід. У поєднанні з високою креативністю та інтелектуальними здібностями можуть бути дуже продуктивними. За низької креативності і здібностей до аналізу, особливо на

керівних посадах, можуть ініціювати недостатньо продумані й ефективні новації. Низький бал за цією шкалою отримують пасивні особи. Їх улаштовує існуючий стан справ, вони не схильні що-небудь міняти. До лідерства самі не прагнуть. Ефективні в ситуаціях, які вимагають не так змін, скільки збереження стабільності.

Високий бал за шкалою *“Рішучість”* властивий особам, котрі швидко і впевнено приймають рішення. Вони не схильні до тривалих сумнівів і коливань у здійсненні задуманого. Іноді швидкість ухвалення рішення може викликатись імпульсивністю. Низький бал за цією шкалою отримують нерішучі, невпевнені, схильні до постійних сумнівів особи. Рішення вони приймають після тривалих коливань і не мають достатньої стійкості.

Високий бал за шкалою *“Самостійність”* демонструють люди, які не потребують постійної психологічної підтримки, вони прагнуть самостійно приймати рішення, володіють здатністю протистояти думці групи, якщо вона відрізняється від їх власної. Низький бал за цією шкалою свідчить про низьку самостійність, сугестивність, залежність від думки групи.

Високий бал за шкалою *“Витримка”* характерний для людей, які вміють контролювати свої емоції, терпляче переносити навантаження, справлятися з монотонною діяльністю. Ці люди добре управляють собою, своїми станами. У деяких випадках вираженість цієї якості може призводити до того, що людина справляється з обставинами, які, можливо, доцільніше було б змінити. Низький бал за шкалою властивий людям, котрі вільно виявляють усі свої емоції, вони зазнають труднощів за необхідності переносити навантаження або виконувати нецікаву роботу. Їм бракує самовладання і важко бути стриманими.

Високий бал за шкалою *“Наполегливість”* отримують стійкі особи, котрі здатні долати перешкоди на шляху досягнення мети. Невдачі не вибивають таких людей із колії. Вони здатні повторювати знов і знову спроби для досягнення задуманого. У певних випадках ця риса може робити їхню поведінку недостатньо гнучкою. Низький бал за цією шкалою характерний для м'яких людей. Невдачі деморалізують їх, а перешкоди часто змушують відмовитися від наміченого.

Високий бал за шкалою *“Енергійність”* свідчить про активність, енергійність респондента. Такі люди діяльні, працездатні, з оптимізмом ставляться до життя. Низький бал отримують особи з невисокою активністю. Вони швидко втомлюються. Їх можна назвати скоріше песимістами, ніж оптимістами.

Високий бал за шкалою *“Уважність”* отримують особи, здатні до концентрації уваги. Вони стабільно її утримують в разі потреби, навіть якщо діяльність не дуже їх цікавить. Для них характерні зібраність, глибоке занурення в роботу. Низький бал за цією шкалою властивий особам, які зазнають труднощів із концентрацією уваги. Вони легко відволікаються, важко зосереджуються, якщо діяльність не дуже їх цікавить.

Високий бал за шкалою *“Цілеспрямованість”* свідчить про наявність у респондентів добре усвідомлених цілей у житті. Як правило, вони прагнуть

планувати свій час і порядок виконання справ. Таким людям буває складно в ситуаціях, коли немає об'єктивної можливості реалізувати цілі. Низький бал характеризує людину, якій бракує чіткості цілей і завзятості в їх досягненні. Вони не завжди добре розуміють, чого хочуть. Їм буває складно в ситуаціях, коли необхідно самим планувати свої справи.

2.4.8 Тест життєстійкості (С. Мадді, переклад і адаптація Д. О. Леонтєва, Є. І. Рассказової)

Тест життєстійкості являє собою адаптацію опитувальника Hardiness Survey, розробленого американським психологом С. Мадді. Особистісна змінна hardiness (Д. О. Леонтєв у 2000 р. запропонував позначати цю характеристику як життєстійкість) характеризує міру здатності особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішності діяльності. Цей конструкт було виділено в ході досліджень, в яких визначалися психологічні фактори, що сприяють успішному подоланню стресу і зниженню (або навіть попередженню) внутрішнього напруження.

Поняття життєстійкості введене С. Кобейсем і С. Мадді на перетині теоретичних поглядів екзистенціальної психології і прикладної галузі психології стресу і здібності впоратися з ним. Прикладний аспект життєстійкості зумовлений тією роллю, яку ця особистісна змінна відіграє в успішному протистоянні особистості стресовим ситуаціям, насамперед у професійній діяльності. Життєстійкість є ключовою особистісною змінною, яка опосередковує вплив стресогенних факторів, у тому числі хронічних, на соматичне і душевне здоров'я, а також на успішність діяльності.

У теоретичному аспекті поняття життєстійкості вписується в систему понять екзистенціальної теорії особистості як операціоналізація введеного екзистенціальним філософом П. Тілліхом (1995 р.) поняття “відвага бути”. Ця екзистенціальна відвага передбачає готовність діяти всупереч – усупереч онтологічній тривозі, тривозі втрати сенсу, усупереч відчуттю занедбаності (М. Хайдеггер). Саме життєстійкість дозволяє людині переживати тривогу, яка не усувається, супроводжує вибір майбутнього (невідомості), а не минулого (незмінності) в ситуації екзистенціальної дилеми.

Концепція життєстійкості, таким чином, дозволяє співвідносити дослідження в галузі психології стресу з екзистенційними уявленнями про онтологічну тривогу і способи впоратися з нею, пропонуючи практично ефективну, засновану на екзистенціальних поглядах відповідь на одну з найактуальніших проблем сьогодення.

Із 2002 р. з дозволу С. Мадді ведеться робота з розроблення та апробації російськомовної версії тесту життєстійкості. Оскільки англomовний варіант тесту життєстійкості складається всього з 18 пунктів, а прямий переклад опитувальника міг іще скоротити число пунктів. Тому під час русифікації, виходячи з теоретичної структури конструкту життєстійкості, було запропоновано додаткові пункти. Перша російська версія являла собою

опитувальник, за структурою аналогічний оригіналу, але він містив 119 тверджень. Третя, остаточна версія, отримана в результаті апробації, включає 45 пунктів, що містять прямі і зворотні питання всіх трьох шкал опитувальника (залученість, контроль і прийняття ризику).

Смислова інтерпретація шкал

Життестійкість (витривалість) являє собою систему переконань про себе, про світ, про відносини зі світом. Це диспозиція, яка включає три порівняно автономних компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Виразність цих компонентів і життестійкість у цілому перешкоджає виникненню внутрішньої напруженості у стресових ситуаціях за рахунок стійкої здатності справлятися зі стресами і сприймати їх як менш значущі.

Залученість (зобов'язання) визначається як переконаність у тому, що залученість у події дає максимальний шанс знайти щось гідне і цікаве для особистості. Людина з розвиненим компонентом залученості отримує задоволення від власної діяльності. На противагу цьому відсутність подібної переконаності породжує почуття, що тобою знехтували, відчуття “поза життям”. Якщо ви відчуваєте впевненість у собі і в тому, що світ великодушний, вам властива залученість.

Контроль являє собою переконаність у тому, що боротьба дозволяє вплинути на результат того, що відбувається, нехай навіть цей вплив не абсолютний і успіх не гарантований. Протилежність цьому – відчуття власної безпорадності. Людина з дуже розвиненим компонентом контролю відчуває, що сама вибирає власну діяльність, свій шлях.

Прийняття ризику – переконаність людини в тому, що все те, що з нею відбувається, сприяє її розвитку за рахунок знань, набутих із досвіду, – неважливо, позитивного чи негативного. Людина, котра розглядає життя як спосіб набуття досвіду, готова діяти за відсутності надійних гарантій успіху, на свій страх і ризик, вважаючи, що прагнення до простого комфорту і безпеки збіднює життя особистості. В основі прийняття ризику лежить ідея розвитку через активне засвоєння знань із досвіду і подальше їх використання.

Компоненти життестійкості розвиваються в дитинстві і частково в підлітковому віці, хоча їх можна розвивати й пізніше, використовуючи тренінг життестійкості. Їх розвиток вирішальним чином залежить від стосунків батьків із дитиною. Зокрема, для розвитку компонента залученості принципово важливе прийняття і підтримка, любов і схвалення з боку батьків. Для розвитку компонента контролю важлива підтримка ініціативи дитини, її прагнення справлятися із завданнями дедалі зростаючої складності на межі своїх можливостей. Для розвитку прийняття ризику важливі багатство вражень, мінливість і неоднорідність середовища.

Мадді наголошує на важливості вираженості всіх трьох компонентів для збереження здоров'я і оптимального рівня працездатності й активності у стресогенних умовах. Можна говорити як про особливості кожного з трьох компонентів у складі життестійкості, так і про необхідність їх узгодженості між собою і з загальною (сумарною) мірою життестійкості.

Інструкція. Будь ласка, уважно читаючи твердження, виберіть відповідь, яка найбільше відображає вашу думку.

Текст опитувальника

№	Твердження	Ні	Скоріше ні, ніж так	Скоріше так, аніж ні	Так
1	Я часто не впевнений у власних рішеннях				
2	Інколи мені здається, що всім до мене байдуже				
3	Часто, навіть добре виспавшись, я з великим зусиллям примушую себе встати з ліжка				
4	Я постійно зайнятий і це мені подобається				
5	Часто я вважаю за краще пливти за течією				
6	Я змінюю свої плани залежно від обставин				
7	Мене дратують події, через які я змушений змінювати свій розпорядок дня				
8	Непередбачувані труднощі інколи дуже втомлюють мене				
9	Я завжди контролюю ситуацію настільки, наскільки це необхідно				
10	Іноді я так утомлююся, що вже ніщо не може мене зацікавити				
11	Інколи все, що я роблю, здається мені марним				
12	Я намагаюся бути в курсі всього, що відбувається навколо мене				
13	Краще синиця в руках, аніж журавель у небі				
14	Увечері я часто відчуваю зовсім знесиленим				
15	Я вважаю за краще ставити перед собою цілі, яких складно досягти, і добиватися їх				
16	Іноді мене лякають думки про майбутнє				
17	Я завжди впевнений, що зможу втілити в життя те, що задумав				
18	Мені здається, я не живу повним життям, а тільки граю роль				
19	Мені здається, якби в минулому в мене було менше розчарувань і знегод, зараз мені було б легше жити на світі				
20	Проблеми, які виникають, часто здаються мені нерозв'язними				
21	Зазнавши поразки, я намагатимуся взяти реванш				
22	Я залюбки знайомлюся з новими людьми				
23	Коли хтось скаржиться на нудне життя, це означає, що він просто не вміє бачити цікаве				
24	Мені завжди є чим зайнятися				
25	Я завжди зможу вплинути на результат того, що відбувається навколо мене				
26	Я часто шкодую за тим, що зроблено				
27	Якщо проблема потребує великих зусиль, я вважаю за краще відкласти її до ліпших часів				
28	Мені важко зближатися з іншими людьми				
29	Як правило, присутні слухають мене уважно				
30	Якби я міг, то багато змінив би в минулому				

№	Твердження	Ні	Скоріше ні, ніж так	Скоріше так, аніж ні	Так
31	Я досить часто відкладаю на завтра те, що складно здійснити, або те, у чому я не впевнений				
32	Мені здається, що життя минає повз мене				
33	Мої мрії рідко збуваються				
34	Несподіванки дарують мені інтерес до життя				
35	Іноді мені здається, що всі мої зусилля марні				
36	Інколи я мрію про спокійне, розмірене життя				
37	Мені бракує наполегливості закінчити розпочате				
38	Буває, що життя здається мені нудним і безбарвним				
39	У мене немає можливості вплинути на несподівані проблеми				
40	Моє оточення мене недооцінює				
41	Як правило, я працюю із задоволенням				
42	Інколи я почуваюся зайвим навіть серед друзів				
43	Буває, на мене навалюється стільки проблем, що навіть руки опускаються				
44	Друзі поважають мене за наполегливість і незламність				
45	Я залюбки беруся за втілення нових ідей				

*Обробка результатів психодіагностичного обстеження
за допомогою тесту життєстійкості*

Для підрахунку балів відповідям на прямі пункти присвоюються бали від 0 до 3 (“ні” – 0 балів, “скоріше ні, ніж так” – 1 бал, “скоріше так, аніж ні” – 2 бали, “так” – 3 бали), відповідям на зворотні пункти присвоюються бали від 3 до 0 (“ні” – 3 бали, “так” – 0 балів).

Потім підсумовується загальний бал життєстійкості та показники для кожної із 3 субшкал (залученість, контроль і прийняття ризику).

Прямі і зворотні пункти для кожної шкали наведено нижче в табл. 2.32.

Таблиця 2.32 – Ключі до тесту життєстійкості

Субшкали	Прямі пункти	Зворотні пункти
Залученість	4, 12, 22, 23, 24, 29, 41	2, 3, 10, 11, 14, 28, 32, 37, 38, 40, 42
Контроль	9, 15, 17, 21, 25, 44	1, 5, 6, 8, 16, 20, 27, 31, 35, 39, 43
Прийняття ризику	34, 45	7, 13, 18, 19, 26, 30, 33, 36

Загальна життєстійкість (див. табл. 2.33)

90 і більше балів – висока життєстійкість. Характеризує людину активну і впевнену у своїх силах, таку, яка нечасто переживає стрес і здатна справлятися з ним, продовжуючи ефективно працювати і не втрачати душевну рівновагу.

72–89 балів – середня життєстійкість. У побуті і звичних ситуаціях такі люди не схильні до стресу. Потрапляючи в незнайомі стресові ситуації, вони досить активні і впевнені в собі, однак можуть швидко втомлюватися. Від

високої напруженості можливі втома, депресія, збої в роботі, погіршення здоров'я.

Менше 72 балів – низька життєстійкість. За низької життєстійкості люди невпевнені у своїх силах і здібностях впоратися зі стресом. Незначне напруження може спричинити в них серйозні переживання, погіршення здоров'я і працездатності.

Залученість – це активна життєва позиція особистості, упевненість у тому, що тільки діяльна людина може знайти в житті щось цінне й цікаве.

42 і більше балів – висока залученість. Люди з високою залученістю, зазвичай отримують задоволення від усього, що роблять, знаходять цікаве навіть у рутинній роботі.

34–41 бал – середня залученість. У цілому такі люди залишаються активними й діяльними, хоча в разі стресу можуть втратити самовладання, стати пасивними й опустити руки.

Менше 34 балів – низька залученість. Низька залученість породжує відчуття самотності. Особливо це очевидно в напружених і стресових ситуаціях, а також, навпаки, за необхідності виконувати одноманітну рутинну роботу.

Контроль – це впевненість у тому, що, тільки борючись і долаючи труднощі, можна змінити те, що відбувається, і бути господарем своєї долі.

33 і більше балів – високий контроль. Людина із розвиненим компонентом контролю в ситуації стресу продовжує боротьбу, не здається, шукає нових шляхів вирішення проблем. Зазвичай такі люди відчують, що самі вибирають власну діяльність, свій шлях, вони – господарі життя.

25–32 бал – середній контроль. Такі люди активно долають труднощі, намагаються не здаватися. Однак їхня впевненість у власних силах не непохитна, вони можуть опустити руки в разі труднощів.

Менше 25 балів – низький контроль. Людина з низьким контролем вважає, що від неї мало що залежить у житті, відчуває свою безпорадність і легко здається на милість долі.

Прийняття ризику – готовність ризикувати, переконаність у тому, що на будь-яких помилках можна вчитися. З усього, що трапляється, як позитивного, так і негативного, можна набути новий досвід, знання.

16 і більше балів – високе прийняття ризику. Людина з високим прийняттям ризику розглядає життя як спосіб набуття досвіду і готова діяти за відсутності надійних гарантій успіху, на свій страх і ризик.

12–15 балів – середнє прийняття ризику. За такого прийняття ризику люди готові ризикувати й робити помилки, однак їх авантюризм має серйозні обмеження: у стресовій або ризикованій ситуації вони можуть піддаватися паніці, приймати випадкові рішення або відтягувати прийняття рішення.

Менше 12 балів – слабе прийняття ризику. За низького прийняття ризику людина прагне незмінності, стабільності в житті, простого комфорту й безпеки. Вона не готова ризикувати: ціна помилки для неї вище за шанс досягти результату.

Таблиця 2.33 – Норми за шкалами методики життєстійкості

Норми	Життєстійкість	Залученість	Контроль	Прийняття ризику
Середнє значення	80,72	37,64	29,17	13,91
Стандартне відхилення	18,53	8,08	8,43	4,39

2.4.9 Діагностика копінг-стратегій: опитувальник COPE (Ч. Кавер, М. Шейєр, Д. Вентрауб)

Авторами цієї методики є Ч. Кавер, М. Шейєр, Д. Вентрауб. У посібнику наведений опитувальник в адаптації Т. О. Гордєєвої, Є. М. Осіна, О. І. Расказової, О. А. Сичова, В. Ю. Шевяхової.

Дослідження проблеми копінгу безпосередньо пов'язане з важливістю підтримання психологічного благополуччя людей, які переживають різні важкі життєві події, і успішністю їх функціонування в рамках продуктивних діяльностей (навчальної, професійної, спортивної), незважаючи на невдачі, що трапляються на шляху. Копінг припускає різного роду процеси, спрямовані на якомога краще вирішення особистісних, міжособистісних чи професійних проблем, адаптацію людини до вимог ситуації, що викликає стрес, дозволяє опанувати її, ослаблення або пом'якшення цих вимог і відновлення психологічного благополуччя. Опитувальник COPE призначений для вимірювання як ситуаційних копінг-стратегій, так і диспозиційних стилів, що лежать в їх основі. Спочатку опитувальник складався з тринадцяти шкал, потім до них було додано ще дві, які вимірюють використання алкоголю й наркотиків і гумору як засобу опанування себе. На відміну від багатьох інших методик діагностики стратегій опанування себе, що ґрунтуються на даних факторного аналізу (на статистичному підході), автори методики COPE Ч. Карвер, М. Шейєр і Д. Вентрауб у процесі розроблення спиралися на два теоретичних підходи: підхід Р. Лазаруса і на їх власну модель саморегуляції поведінки. Однак на відміну від Р. Лазаруса автори методики вважають його розмежування між сфокусованими на проблемі і сфокусованими на емоціях способами опанування себе занадто спрощеним. У зв'язку з цим Ч. Карвер закликає не пропонувати універсальних груп копінг-стратегій другого рівня, а за необхідності виявляти вторинну факторну структуру, що відповідає отриманим даним. Ця структура відрізнятиметься особливостями вибірки, ситуацією діагностики і багатьма іншими чинниками.

Опитувальник COPE складається з 60 пунктів, об'єднаних у 15 шкал, сьогодні існує і його скорочена версія (Carver, 1997).

Процедура проведення методики. Передбачається, що обстежуваний самостійно працює з бланком методики, що містить інструкцію і текст опитувальника. Інструкція і текст опитувальника наведені мовою, якою здійснювались адаптація і рестандартизація методики COPE.

Інструкція. Ця анкета спрямована на вивчення того, як люди реагують на труднощі в повсякденних життєвих ситуаціях. Існує багато способів упоратися

з життєвими труднощами, і на різні ситуації можна реагувати по-різному. Будь ласка, зробіть відмітку в цьому опитувальнику, що ви зазвичай робите і як відчуваєте себе, коли потрапляєте в складну ситуацію.

Для кожного твердження обведіть цифру, що відповідає вашій відповіді. Будь ласка, уважно відповідайте на кожне питання. Тут немає хороших або поганих відповідей, оскільки кожна людина по-різному реагує на різні ситуації. Нам дуже важливо, як дієте саме ви, коли потрапляєте у складну ситуацію.

Текст опитувальника

№	У складній ситуації зазвичай...	Ні	Рідко	Іноді	Часто
1	Я намагаюся знайти плюси в тому, що сталося	1	2	3	4
2	Я занурююся в роботу або інші справи, щоб відключитися від проблем	1	2	3	4
3	Я засмучуюсь і даю вихід своїм емоціям	1	2	3	4
4	Я шукаю в інших людей поради, що робити далі	1	2	3	4
5	Я зосереджую зусилля на тому, аби якось вирішити проблему	1	2	3	4
6	Я кажу собі: "Цього не може бути"	1	2	3	4
7	Я сподіваюся на те, що Бог мені допоможе	1	2	3	4
8	Я намагаюся сприймати те, що сталося, з гумором	1	2	3	4
9	Я визнаю, що нічого не можу зробити з проблемою, і не намагаюся	1	2	3	4
10	Я намагаюся стримувати себе від поспішних кроків	1	2	3	4
11	Я обговорюю з ким-небудь те, що я зараз відчуваю	1	2	3	4
12	Я приймаю заспокійливе або випиваю, щоб мені стало краще	1	2	3	4
13	Я намагаюся звикнути до думки, що це трапилося, адаптуватися до ситуації	1	2	3	4
14	Я обговорюю те, що трапилося, аби краще зрозуміти ситуацію	1	2	3	4
15	Я намагаюся вирішувати проблему, не відволікаючись на інші справи і думки	1	2	3	4
16	Я поринаю у фантазії на інші теми, щоб відволіктися	1	2	3	4
17	Я засмучуюсь, нервую, переживаю	1	2	3	4
18	Я прошу допомоги у Бога	1	2	3	4
19	Я намагаюся спланувати й обдумати свої подальші дії	1	2	3	4
20	Я переводжу те, що трапилось, у жарт	1	2	3	4
21	Я намагаюся прийняти те, що трапилося, звикнути до цього	1	2	3	4
22	Я намагаюся нічого не починати, доки ситуація не поліпшиться	1	2	3	4
23	Я намагаюся отримати емоційну підтримку у друзів або рідних	1	2	3	4
24	Я не розпочинаю активних дій	1	2	3	4
25	Я розпочинаю ще якісь дії, намагаючись подолати ситуацію, що склалася	1	2	3	4
26	Я намагаюся відключитися на якийсь час, приймаючи алкоголь або ліки	1	2	3	4
27	Мені не хочеться вірити, що це сталося	1	2	3	4
28	Я даю вихід своїм переживанням	1	2	3	4
29	Я намагаюся подивитися на ситуацію з позитивнішого боку, в іншому світлі	1	2	3	4

№	У складній ситуації зазвичай...	Ні	Рідко	Іноді	Часто
30	Я раджуся з кимось, хто міг би конкретно допомогти вирішити мою проблему	1	2	3	4
31	Я сплю більше ніж звичайно, намагаючись забути про проблему	1	2	3	4
32	Я придумую, як діяти далі	1	2	3	4
33	Я повністю концентруюся на вирішенні цієї проблеми, якщо необхідно відкласти інші справи	1	2	3	4
34	Я шукаю співчуття і розуміння в інших людей	1	2	3	4
35	Я випиваю або приймаю ліки, щоб менше думати про проблему	1	2	3	4
36	Я жартую з приводу того, що трапилося	1	2	3	4
37	Я припиняю намагатися добитися свого (отримати бажане)	1	2	3	4
38	Я шукаю щось хороше в тому, що сталося	1	2	3	4
39	Я розмірковую, як найкраще подолати цю проблему	1	2	3	4
40	Я вдаю, що нічого не трапилося	1	2	3	4
41	Я намагаюся не діяти надто поспішно, аби не погіршити ситуацію	1	2	3	4
42	Я намагаюся, аби інші справи не заважали мені докладати максимум зусиль до вирішення проблеми	1	2	3	4
43	Я йду в кіно або дивлюся телевізор, щоб менше думати про проблему	1	2	3	4
44	Я намагаюся прийняти ситуацію, зжитися з нею	1	2	3	4
45	Я запитую людей, у яких була аналогічна проблема, як вони її вирішували	1	2	3	4
46	Я переживаю та активно виявляю свої почуття	1	2	3	4
47	Я починаю активні дії, щоб розв'язати проблему	1	2	3	4
48	Я намагаюся знайти розраду у вірі (релігії)	1	2	3	4
49	Я змушую себе чекати, коли настане відповідний момент і можна буде діяти	1	2	3	4
50	У тому, що трапилося, я знаходжу цікаві моменти	1	2	3	4
51	Я знижую кількість зусиль, спрямованих на вирішення цієї проблеми	1	2	3	4
52	Я обговорюю свої переживання з кимось із моїх близьких	1	2	3	4
53	Я приймаю алкоголь або заспокійливі, тому що це допомагає мені вирішити проблему	1	2	3	4
54	Я вчуся жити з цим	1	2	3	4
55	Я відкладаю інші справи, щоб зосередитися на вирішенні проблеми	1	2	3	4
56	Я ретельно обмірковую кроки, які робитиму для вирішення проблеми	1	2	3	4
57	Я просто вдаю, що нічого не трапилося	1	2	3	4
58	Я послідовно, крок за кроком роблю те, що потрібно	1	2	3	4
59	Я стараюся, щоб цей досвід чогось мене навчив	1	2	3	4
60	Я молюся (більше ніж зазвичай)	1	2	3	4

Обробка та інтерпретація результатів

Підраховуються бали за кожною шкалою згідно за ключем, наведеним у табл. 2.34, де наведено також нормативні показники для кожної шкали.

Таблиця 2.34 – Ключі й норми методики COPE

Шкали	Ключ	Середнє	Стандартне відхилення
1. Позитивне переформулювання і особистісне зростання	1, 29, 38, 59	12,41	2,40
2. Уявне уникнення проблеми	2, 16, 31, 43	6,48	3,74
3. Концентрація на емоціях і їх активне вираження	3, 17, 28, 46	9,77	3,06
4. Використання інструментальної соціальної підтримки	4, 14, 30, 45	10,45	3,04
5. Активне опанування себе	5, 25, 47, 58	12,09	2,05
6. Заперечення	6, 27, 40, 57	8,18	2,43
7. Звернення до релігії	7, 18, 48, 60	7,85	3,74
8. Гумор	8, 20, 36, 50	10,56	2,95
9. Поведінкове уникнення проблеми	9, 24, 37, 51	7,68	2,13
10. Стимування	10, 22, 41, 49	8,24	3,13
11. Використання емоційної соціальної підтримки	11, 23, 34, 52	10,17	3,35
12. Використання “заспокійливих”	12, 26, 35, 53	5,60	2,61
13. Прийняття	13, 21, 44, 54	10,70	2,36
14. Придушення конкуруючої діяльності	15, 33, 42, 55	10,23	2,37
15. Планування	19, 32, 39, 56	12,64	2,06

Кожна шкала методики призначена для вимірювання певної стратегії подолання:

- активне опанування себе (активні кроки або прямі дії, спрямовані на подолання стресової ситуації);
- планування (обдумування того, як діяти у складній життєвій ситуації, розроблення стратегій поведінки);
- придушення конкуруючої діяльності (уникнення, відволікання на інші види активності і, можливо, ігнорування інших речей, аби активніше справлятися зі стресовою ситуацією);
- стимування опанування себе (очікування відповідного для дій моменту і утримання від надто поспішних, імпульсивних дій);
- пошук соціальної підтримки інструментального характеру (прагнення отримати пораду, допомогу чи інформацію);
- пошук соціальної підтримки з емоційних причин (прагнення знайти емоційну, моральну підтримку, співчуття й розуміння);
- концентрація на емоціях і їх активне вираження (фокусування на неприємних емоціях, неприємностях і виявленні почуттів);
- позитивне переформулювання й особистісне зростання (спроби переосмислити стресову ситуацію в позитивному ключі);
- заперечення (відмова вірити в те, що трапилося, або спроби заперечувати реальність того, що відбувається);
- прийняття (прийняття реальності події, стресової ситуації);

- звернення до релігії (звернення по допомогу до Бога, віри, релігії);
- використання “заспокійливих” (використання алкоголю, лікарських засобів або наркотиків як способів уникнення проблеми і поліпшення самопочуття);
- гумор (жарти і сміх із приводу ситуації);
- поведінкове уникнення проблеми (відмова від досягнення мети, регулювання зусиль, спрямованих на взаємодію зі стресором);
- уявне уникнення проблеми (використання різних видів активності, аби відволіктися від неприємних думок, пов’язаних із проблемою, наприклад, фантазування, сон).

2.4.10 Тест-опитувальник “Самовідношення” (В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв)

Тест-опитувальник “Самовідношення” є авторською методикою, що ґрунтується на уявленнях про структуру самовідношення В. В. Століна. Ця методика дозволяє діагностувати особливості самоставлення на різних рівнях: від глобального до рівня конкретних дій стосовно власного “Я”. Крім того, вона може допомогти в дослідженні захисних механізмів самосвідомості. Методика має задовільні психометричні показники, що разом із розробленим теоретичним підґрунтям робить її вельми цікавою як для індивідуальної діагностики, так і для диференційно-психологічних досліджень.

Опитувальник містить 57 тверджень типу: “Навряд чи мене можна любити по-справжньому”, “Іноді я сам себе погано розумію”, “Коли в мене виникає будь-яке бажання, я передусім запитую себе, чи розумно це”, “Випадковому знайомому я, найімовірніше, здався людиною приємною”, “Стороння людина, на перший погляд, знайде в мені багато відразливого”. Твердження формують від першої особи, використовуються два варіанти відповіді “згоден” і “не згоден”.

Факторна структура опитувальника визначалася на вибірці із 175 студентів гуманітарних вузів м. Москви (115 дівчат і 60 юнаків). Середній вік випробовуваних – 20 років. В інструкції говорилося про те, що особистісний опитувальник не передбачає правильних і неправильних відповідей і спрямований на аналіз особистої думки обстежуваних. Крім того, випробовуваним повідомлялося, що головна мета експерименту – створення надійного психологічного тесту, а їхні відповіді (як відповіді людей із гуманітарними схильностями) є особливо цінними для цієї роботи. Зазначалося також, що результати буде закодовано й оброблено за допомогою комп’ютера. Їм дозволялося підписувати свої відповіді псевдонімом. Після закінчення дослідження випробовуваних просили не здавати своїх протоколів у тому випадку, якщо їхні відповіді були нещирі. Інструкцію і процедуру опитування, таким чином, спрямовано на зниження впливу на відповіді соціальної бажаності та стратегії самопрезентації. Результати піддавалися факторному

аналізу за методом головних факторів із подальшим варімакс-обертанням за методом Кайзера.

У результаті факторизації масиву даних за методом головних факторів було виділено 10 факторів, що охоплюють 99,78 % сумарної спільності. Ці фактори піддавалися варімакс-обертанню, 8 із них було виправдано за критерієм Левандовського.

На підставі результатів було складено по одному словесному портрету на кожен полюс усіх восьми факторів. Ці словесні портрети надавалися для інтерпретації експертам – психологам-консультантам. За допомогою цієї процедури й додаткового змістовного аналізу було проінтерпретовано і підібрано як шкали такі сім факторів:

- самовпевненість (“У мене достатньо здібностей та енергії втілити в життя задумане”);
- очікуване ставлення інших людей (“Навряд чи я викликаю симпатію у більшості моїх знайомих”);
- самоприйняття (“Моє ставлення до самого себе можна назвати дружнім”, “У цілому мене влаштовує те, яким я є”);
- самокерування (“На жаль, коли я і сказав щось, це зовсім не означає, що саме так я і буду робити”);
- самозвинувачення (“Якщо я і ставлюся до когось із докором, то насамперед до самого себе”);
- самоінтерес (“Якби моє друге “Я” існувало, то для мене це був би самий нудний партнер по спілкуванню”);
- саморозуміння (“Іноді я сам себе погано розумію”).

Усі ці чинники було інтерпретовано як найбільш конкретний рівень самоствавлення – рівень внутрішніх дій на адресу самого себе або готовності до таких дій. Ці шкали містять 6–7 пунктів. Послідовне обертання 3-, 4- і 5-го факторів дозволило зупинитися на трифакторному рішенні як найзмістовнішому. Ці фактори утворили узагальненіший рівень самоствавлення, що описується чотирма вимірами: самоповага, аутосимпатія, самоінтерес, очікуване ставлення інших людей.

“*Самоповага*” – шкала з 14 пунктів, які об’єднали твердження стосовно внутрішньої послідовності, саморозуміння, самовпевненості. Ідеться про ті аспекти самоствавлення, які емоційно і змістовно об’єднують віру в свої сили, здібності, енергію, самостійність, оцінку своїх можливостей контролювати власне життя й бути самопослідовним, розуміти самого себе.

“*Аутосимпатія*” – шкала з 16 пунктів, що об’єднує пункти, в яких відображається дружність-ворожість до власного “Я”. До шкали ввійшли пункти стосовно самоприйняття, самозвинувачення. У змістовному плані шкала на позитивному полюсі охоплює схвалення себе в цілому і в істотних деталях, довіру до себе й позитивну самооцінку, на негативному полюсі – убачання в собі переважно недоліків, низьку самооцінку, готовність до самозвинувачення. Пункти свідчать про такі емоційні реакції на себе, як роздратування, презирство, винесення самовироків.

“Самоінтерес” – шкала з 8 пунктів, відображає міру близькості до самого себе, зокрема, інтерес до власних думок і почуттів, готовність спілкуватися з собою “на рівних”, упевненість у своїй цікавості для інших.

“Очікуване ставлення інших людей” – шкала з 13 пунктів, відображає очікування позитивного або негативного ставлення до себе оточення. Людина, яка припускає антипатичне ставлення до себе, очікує на нього як від більшості сторонніх або мало з нею пов’язаних людей, так і від тих небагатьох, любов яких їй важлива. Від інших людей така людина очікує заперечення її внутрішніх чеснот, антипатію до своєї зовнішності. При цьому вона ніби приймає антипатію інших, яка виявляється в тому, що вона не бажає собі добра по-справжньому. Вона вважає себе унікальною, не схожою на інших, не ставить перед собою завдань на збільшення самоповаги.

Змістовний аналіз результатів дозволив також інтерпретувати головний фактор до обертання (29,82 % сумарної спільності) як відображення глобального самоствавлення, тобто внутрішньо не диференційоване почуття “за” і “проти” самого себе. Бал глобального самоствавлення підсумовується, ураховуючи відповіді на 30 (із 57) пунктів опитувальника.

Таким чином, ця версія опитувальника дозволяє виявити три рівні самоствавлення, що відрізняються ступенем узагальненості:

- 1) глобальне самоствавлення;
- 2) самоствавлення, диференційоване за самоповагою, аутосимпатією, самоінтересом і очікуванням ставлення до себе;
- 3) рівень конкретних дій (готовність до них) щодо свого “Я”.

Процедура проведення. Досліджуваний отримує бланки з текстом інструкції і самого опитувальника. Текст опитувальника надається мовою, рідною для досліджуваного, інакше результати методики будуть ненадійними.

Психолог уточнює, чи зрозуміла інструкція, і дає необхідні роз’яснення, які не мають містити жодних тлумачень, а стосуватися лише процедури проведення методики. Наприклад, як фіксувати відповіді, чи можна пропускати деякі питання тощо.

Інструкція. Вам пропонуються твердження, які, можливо, стосуються різних сторін вашої особистості. Читайте їх і у бланк відповідей навпроти номера твердження ставте “+”, якщо згодні з ним, чи “–”, якщо ви з ним не згодні.

Текст опитувальника

1. Гадаю, що більшість моїх знайомих ставиться до мене із симпатією.
2. Мої слова не дуже часто розходяться з ділом.
3. Думаю, що багато хто бачить у мені щось схоже із собою.
4. Коли я намагаюся себе оцінити, я передусім бачу свої недоліки.
5. Гадаю, як особистість я цілком можу бути привабливим для інших.
6. Коли я на власні очі бачу людину, яка мене любить, мене неприємно вражає те, наскільки мій образ далекий від дійсності.
7. Мое “Я” завжди мені цікаве.
8. Я вважаю, що іноді не гріх пожаліти самого себе.

9. У моєму житті є чи принаймні були люди, з якими я був надзвичайно близьким.

10. Власну повагу мені ще треба заслужити.

11. Бувало неодноразово, що я сам себе гостро ненавидів.

12. Я цілком довіряю своїм бажанням, що виникли раптово.

13. Я сам хотів у собі багато що переробити.

14. Моє власне “Я” не уявляється мені чимось гідним високої поваги.

15. Я щиро хочу, щоб у мене в житті було все добре.

16. Якщо я і ставлюся до кого-небудь із докором, то передусім до самого себе.

17. Випадковому знайомому я, найімовірніше, здаватимуся приємною людиною.

18. Найчастіше я схвалюю свої плани та вчинки.

19. Власні слабкості викликають у мене щось на зразок зневаги.

20. Якби я роздвоївся, то мені було б досить цікаво спілкуватися зі своїм двійником.

21. Деякі свої якості я відчуваю як сторонні, чужі для мене.

22. Навряд хто-небудь зможе відчутти свою схожість зі мною.

23. У мене достатньо здібностей та енергії втілити в життя задумане.

24. Часто я не без глузування жартую над собою.

25. Найрозумніше, що може зробити людина в своєму житті, – це підкоритися своїй долі.

26. Стороння людина на перший погляд знайде в мені багато такого, що відштовхує.

27. На жаль, якщо я і сказав щось, це не означає, що саме так і робитиму.

28. Моє ставлення до себе можна назвати дружнім.

29. Бути поблажливим до своїх слабкостей є цілком природно.

30. Мені не вдається для близької людини тривалий час бути цікавим.

31. У глибині душі я б хотів, аби зі мною сталося щось катастрофічне.

32. Навряд я викликаю симпатію в більшості моїх знайомих.

33. Мені буває дуже приємно побачити себе очима людини, яка мене любить.

34. Коли в мене виникає якесь бажання, я насамперед запитую в себе, чи розумно це.

35. Іноді мені здається, що коли б якась мудра людина змогла побачити мене наскрізь, вона б зрозуміла, яка я нікчемна людина.

36. Часом я сам собою захоплююся.

37. Можна сказати, що я оцінюю себе досить високо.

38. У глибині душі я ніяк не можу повірити, що я дійсно доросла людина.

39. Без сторонньої допомоги я мало що можу зробити.

40. Іноді я сам себе погано розумію.

41. Мені дуже заважає брак енергії, волі й цілеспрямованості.

42. Гадаю, інші цілком оцінюють мене досить високо.

43. У моїй особі є, мабуть, таке, що здатне викликати в інших гостру неприязнь.

44. Більшість моїх знайомих не сприймають мене так уже серйозно.

45. Сам у себе я досить часто викликаю почуття роздратування.

46. Я цілком можу сказати, що поважаю себе сам.

47. Навіть мої негативні риси не здаються мені чужими.

48. Мене цілком улаштовує те, яким я є.

49. Навряд мене можна любити по-справжньому.

50. Моїм мріям і планам бракує реалістичності.

51. Якби моє друге “Я” існувало, то для себе я був би найнуднішим партнером зі спілкування.

52. Гадаю, я зміг би знайти спільну мову з будь-якою розумною і значущою людиною.

53. Те, що зі мною відбувається, як правило, мені зрозуміло.

54. Мої позитивні якості цілком переважають мої недоліки.

55. Навряд чи знайдеться багато людей, які звинуватять мене у відсутності совісті.

56. Коли зі мною трапляються неприємності, зазвичай я кажу: “Так тобі й треба!”.

57. Я можу сказати, що я цілком контролюю свою долю.

Обробка та інтерпретація результатів

Підрахунок результатів виконують у два етапи.

1-й етап. Підраховують так звані “сирі” бали, які є результатом збігу з ключем опитувальника.

Інтегральна шкала (S):

“+” 2,5, 23, 33, 37, 42, 46, 48, 52, 53, 57;

“–” 6, 9, 13, 14, 16, 18, 30, 35, 38, 39, 41, 43, 44, 45, 49, 50, 56.

Шкала самоповаги (I):

“+” 2, 23, 53, 57;

“–” 8, 13, 25, 27, 31, 35, 38, 39, 40, 41, 50.

Шкала аутосимпатії (II):

“+” 12, 18, 28, 29, 37, 46, 48, 54;

“–” 4, 9, 11, 16, 19, 24, 45, 56.

Шкала очікування позитивного ставлення інших (III):

“+” 1, 5, 10, 15, 42, 55;

“–” 3, 26, 30, 32, 43, 44, 49.

Шкала самоінтересу (IV):

“+” 7, 17, 20, 33, 34, 52;

“–” 14, 51.

Шкала самовпевненості (1):

“+” 2, 23, 37, 42, 46;

“–” 38, 39, 41.

Шкала очікування ставлення інших (2):

“+” 1, 5, 10, 52, 55;

“–” 32, 43, 44.

Шкала самоприйняття (3):

“+” 12, 18, 28, 47, 48, 54;

“–” 21.

Шкала самопослідовності (самокерування) (4):

“+” 50, 57;

“–” 25, 27, 31, 35, 36.

Шкала самозвинувачення (5):

“+” 3, 4, 9, 11, 16, 24, 45, 56;

“–” Немає.

Шкала самоінтересу (6):

“+” 17, 20, 33;

“–” 26, 30, 49, 51.

Шкала саморозуміння (7):

“+” 53;

“–” 6, 8, 13, 15, 22, 40.

2-й етап. “Сирі” бали переводяться в умовні (накопичену частоту) за табл. 2.35.

Таблиця 2.35 – Переведення “сирих” балів за шкалами методики “Самовідношення” в умовні бали (накопичена частота)

Фактор Інтегральний	
“Сирій” бал	Накопичена частота (%)
1	0,67
2	3,00
3	5,33
4	6,33
5	9,00
6	13,00
7	16,00
8	21,33
9	26,67
10	32,33
11	38,33
12	49,00
13	55,33
14	62,67
15	69,33
16	74,33
17	80,00
18	85,00
19	88,00
20	90,67
21	93,33
22	96,00

Продовження табл. 2.35

23	96,67
24	98,00
25	98,33
26	98,67
27	99,67
28	99,67
29	100,00
30	100,00
Фактор I	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	1,67
1	4,00
2	6,00
3	9,33
4	16,00
5	25,33
6	34,00
7	44,67
8	58,67
9	71,33
10	80,00
11	86,67
12	91,33
13	96,67
14	99,67
15	100,00
Фактор II	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	0,33
1	3,67
2	9,00
3	16,00
4	21,67
5	28,00
6	37,33
7	47,00
8	58,33
9	69,67
10	77,33
11	86,00
12	90,67
13	96,67
14	98,33
15	99,67
16	100,00
Фактор III	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	0,00
1	0,00

Продовження табл. 2.35

2	0,67
3	1,00
4	3,33
5	6,00
6	9,00
7	17,67
8	27,33
9	39,67
10	53,00
11	72,33
12	91,33
13	100,00
Фактор IV	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	0,67
1	2,00
2	5,33
3	16,00
4	29,00
5	49,67
6	71,33
7	92,33
8	100,00
Фактор I	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	3,77
1	7,33
2	16,67
3	29,33
4	47,67
5	65,67
6	81,33
7	92,33
8	100,00
Фактор 2	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	0,00
1	0,67
2	3,67
3	7,33
4	15,00
5	32,00
6	51,33
7	80,00
8	100,00
Фактор 3	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	2,67
1	7,67

2	16,67
3	34,33
4	50,67
5	70,67
6	89,67
7	100,00
Фактор 4	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	3,00
1	9,67
2	25,67
3	38,33
4	60,33
5	79,67
6	92,00
7	100,00
Фактор 5	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	1,67
1	4,67
2	15,00
3	27,67
4	43,33
5	60,67
6	81,67
7	96,67
8	100,00
Фактор 6	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	0,67
1	3,00
2	11,33
3	20,00
4	34,33
5	54,67
6	80,00
7	100,00
Фактор 7	
“Сирий” бал	Накопичена частота (%)
0	4,33
1	21,33
2	43,33
3	68,67
4	83,67
5	94,00
6	99,33
7	100,00

Переведення балів здійснюється не для порівняння отриманих результатів за різними шкалами: у вибірці за різними шкалами, навіть з однаковою кількістю тверджень, різний розподіл, а накопичені частоти згладжують цю нерівноцінність шкал.

Інтерпретувати отримані результати потрібно відповідно до опису структури самосвідомості та змісту кожної шкали (структурна інтерпретація). Рекомендується звертати увагу не лише на виразність кожної шкали, але й на поєднання шкал, що дозволяє говорити про деякі захисні механізми самосвідомості. Так, більші показники за шкалою “Аутосимпатія” порівняно зі шкалою “Самоповага” говорять про наявність захисту, що запобігає проникненню негативного ставлення до себе у свідомість у випадку невдач у реалізації якихось своїх знань і вмінь. Невідповідність результатів за шкалами “Самозвинувачення” і “Самоприйняття” може свідчити про наявність “запобіжного клапану”, тобто захисту за типом: “Те, що я не хороший, ще не означає, що я поганий” тощо. Зазначимо, що шкали протилежні і зменшення за однією зумовлює збільшення за іншою.

Інтерпретувати отримані за методикою результати допомагає чітке уявлення про структуру самоствавлення. Для цього рекомендується звернути увагу на схему-таблицю: добре видно, до якого рівня самоствавлення належить та чи інша шкала і як згруповуються шкали рівня конкретних дій (табл. 2.36). У неї можна вносити отримані за шкалами умовні бали.

Таблиця 2.36 – Рівні самоствавлення

Глобальне почуття “за” або “проти” себе (S)			
Самоповага (I)	Аутосимпатія (II)	Самоінтерес (IV)	Очікування ставлення інших (III)
Самовпевненість (1) Самокерування (4) Саморозуміння (7)	Аутосимпатія (3) Самозвинувачення (5)	Самоінтерес (6)	Очікування ставлення інших (2)

2.4.11 Шкала переживання часу (О. О. Кронік, Є. І. Головаха)

Шкала переживання часу є реалізацією запропонованої авторами причинно-цільової концепції психологічного часу, на основі якої досліджуються різні форми переживання минулого, сучасного і майбутнього, механізми часової саморегуляції особистості. Час – важливий інструмент дослідження суб’єктивної картини світу й життєвого шляху і важлива передумова усвідомлення власної ідентичності.

Шкала переживання часу за своєю сутністю являє собою варіацію семантичного диференціала для опису переживання часу. Факторний аналіз показав, що характеристики часу можна об’єднати в три групи: континуальність (дискретність); розслабленість (напруженість); емоційна приємність часу (неприємність)

Інструкція. Оцініть ваше переживання часу в цей момент. Ступінь вираженості цих визначень збільшується із середини шкали в обидва напрями.

Спливає повільно	3	2	0	2	3	Спливає швидко
Порожній	3	2	0	2	3	Насичене
Плавний	3	2	0	2	3	Стрибокподібне
Розтягнутий	3	2	0	2	3	Стиснуте
Приємний	3	2	0	2	3	Неприємне
Одноманітний	3	2	0	2	3	Різноманітне
Неорганізований	3	2	0	2	3	Організоване
Цільний	3	2	0	2	3	Роздроблене
Безмежний	3	2	0	2	3	Обмежене
Безперервний	3	2	0	2	3	Переривається

Обробка та інтерпретація результатів

Для підрахунку результатів присвоюємо кожній відповіді бал таким чином.

Спливає повільно	3	2	0	2	3	Спливає швидко
	4	3	2	1	0	

Підраховуємо загальну суму балів за кожною шкалою.

Шкала 1. Континуальність (дискретність) – чим вище бал, тим вище континуальність. Сума балів за шкалою: 3, 6, 8, 10.

Шкала 2. Розслабленість (напруженість) – чим вище бал, тим вище розслабленість. Сума балів за шкалами: 1, 2, 4, 7.

Шкала 3. Емоційна приємність часу (неприємність) – чим вище бал, тим вище приємність. Сума балів за шкалами: 5, 9.

Далі згідно з табл. 2.37 визначаємо рівень за кожною шкалою.

Таблиця 2.37 – Шкала переживання часу

	Континуальність	Розслабленість	Емоційна приємність
Високі	10–16	9–16	6–10
Середні	6–9	4–8	4–5
Низькі	0–5	0–3	0–3

2.4.12 Методика “Характеристики емоційності” (Є. П. Ільїн)

Методика розроблена Є. П. Ільїним і призначена для самооцінки вираженості різних характеристик емоцій. Методика містить 32 запитання, на які обстежуваний може відповісти “так” або “ні”.

Передбачається підрахунок балів за такими шкалами: “Емоційна збудливість”, “Інтенсивність емоцій”, “Тривалість емоцій”, “Негативний вплив емоцій на ефективність діяльності і спілкування”. Текст опитувальника наведено мовою оригіналу.

Інструкція. На кожне питання відповідайте “так”, якщо згодні з тим, про що вас питають, або “ні” – за відсутності згоди.

Текст опитувальника

1. В разговоре вы легко обижаетесь по пустякам?
2. Сильно ли вы переживаете, когда сдаете экзамен менее успешно, чем ожидали?
3. Часто ли вы не можете заснуть от того, что в голову лезут волнующие вас мысли?
4. Когда вы сильно волнуетесь, у вас все валится из рук?
5. Вспыльчивы и легко ли вы ранимы намеками и шутками над вами?
6. Выходите ли вы из себя, сердясь не на шутку?
7. Быстро ли вы отходите после того, как разозлитесь?
8. Вам помогает волнение собраться с мыслями на экзамене?
9. Вас можно быстро рассердить?
10. Охватывает ли вас ярость, когда с вами поступают несправедливо?
11. Долго ли вы не прощаете нанесенную вам обиду?
12. Вы от страха теряли голову?
13. Легко ли вы можете заплакать при трогательных сценах в театре или кино?
14. Сильно ли вы волнуетесь перед ответственным делом или разговором?
15. Вы действительно долго переживаете из-за пустяков?
16. Можете ли вы от сильного волнения совершить какую-нибудь глупость?
17. Вы легко откликаетесь на горе других?
18. Вы способны восторгаться, восхищаться чем- или кем-нибудь?
19. Долго ли вы переживаете от того, что сказали такое, чего не следовало бы говорить?
20. Вы не теряете контроль над собой, даже если очень волнуетесь?
21. Легко ли вы обижаетесь, когда вас критикуют?
22. Вы впадаете в глубокое отчаяние при каких-либо разочарованиях?
23. Правда ли, что вы недолго переживаете свои разочарования?
24. Бывает ли, что от возмущения вы не можете вымолвить и слова, как будто у вас язык к горлу прилип?
25. Вы быстро начинаете злиться или впадаете в гнев?
26. Вы сильно волнуетесь на экзамене?
27. Вы долго дуетесь на обидчика?
28. Часто ли на зачетах и экзаменах вы из-за сильного волнения не можете показать все, на что способны?
29. Волнуетесь ли вы из-за пустяков?
30. Вы действительно принимаете все близко к сердцу?
31. Вам действительно свойственно быстро забывать свои неудачи?
32. Это правда, что во время ссоры вы за словом в карман не лезете?

Обробка та інтерпретація результатів

Підраховуємо загальну суму балів згідно з таким ключем.

Емоційна збудливість – відповіді “так” за пунктами: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29.

Інтенсивність емоцій – відповіді “так” за пунктами: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30.

Тривалість емоцій – відповіді “так” за пунктами: 3, 11, 15, 19, 27; відповіді “ні” за пунктами: 7, 23, 31.

Негативний вплив емоцій на ефективність діяльності і спілкування – відповіді “так” за пунктами: 4, 12, 16, 24, 28; відповіді “ні” за пунктами: 8, 20, 32.

2.5 Діагностика психічних станів особистості військовослужбовця Національної гвардії України

Психічний стан можна розглядати як прояв усіх психічних компонентів за визначений період часу. Це певна єдність, цілісність усіх психічних елементів, яка характеризується відносною стабільністю, особливою структурою, змістом. У психічних станах виявляється ступінь активності функціонування психіки, а також якість психічних процесів і властивостей.

У кожному конкретному психічному стані відповідно складається система всіх психічних компонентів. І ця система, що утворилася тимчасово, має відносну тимчасову стабільність, замкнутість. Слід зазначити, що структурні зв'язки між психічними елементами в цій системі можуть бути різними.

Домінування тих або інших психічних процесів може бути критерієм поділу психічних станів:

1) гностичні (пізнавальні) психічні стани – коли переважають пізнавальні процеси (допитливість, подив, здивування, сумнів, мрійливість);

2) емоційні психічні стани – коли стан визначається домінуванням емоційних процесів (радість, засмучення, смуток, збурювання, страх, пригніченість, ейфорія, афект і т. ін);

3) вольові психічні стани – коли за переваги вольових процесів мають місце вольові психічні стани (активність, рішучість, стриманість, довільна увага).

Вважається, що вивчення психічних станів заповнює прогалину у психології щодо психічних процесів: відчуття, сприйняття, мислення, пам'ять, уявлення, психічні властивості особистості – спрямованість, здібності, темперамент, характер. На відміну від психічних процесів як динамічного компонента прояву психіки і психічних властивостей, як закріпленості, повторюваності проявів психічного, психічний стан є статичним компонентом психіки. Ці компоненти не слід розглядати на рівні лінійного зв'язку.

Оскільки психічний стан впливає саме на перебіг психічних процесів, він може переходити у властивість особистості, що, у свою чергу, обумовлює

виникнення того чи іншого стану. Тому варто розглядати зв'язок компонентів у такий спосіб: процес – стан – властивість. При цьому брати до уваги їх взаємозалежність і взаємовплив.

Головним для психічного стану є те, що він на якийсь час характеризує психічну діяльність, забезпечуючи її своєрідність.

Виникаючи, психічні стани можуть як позитивно впливати на виконавчу діяльність (трудова, навчальна тощо), на процес спілкування, так і дезорганізувати їх, тобто здійснювати регулювальний вплив, оскільки виникнення того чи іншого стану пов'язане зі зміною ефекту виконуваної діяльності.

Психічний стан являє собою цілісну характеристику психічної діяльності. Це форма реагування, що відображає ставлення особистості до власних психічних явищ у деякий момент часу за певних умов. Кожний психічний стан є як переживанням суб'єкта, так і діяльністю його різних систем, зовнішні виявляється у зміні ефекту виконуваної діяльності.

Вивчення психічного стану завжди включає три рівні:

- 1) психічні рівні реагування (переживання);
- 2) фізіологічні рівні реагування (соматика, вегетатика);
- 3) поведінка людини.

Тільки за сукупністю показників цих трьох рівнів можна судити про виникнення того чи іншого стану людини, тобто психічний стан завжди є і психофізіологічним станом.

Психофізіологічні стани – це активна реакція психічних систем. Не залежно від того, діяльна чи бездіяльна людина, стани за своєю фізіологічною природою завжди активні. Отже, по-перше, стан – це діяльність психічних систем, реакція на певну ситуацію; по-друге, він виникає в процесі регуляції (саморегуляції) психічних систем.

Стани можуть характеризуватися:

- тривалістю;
- ступенем активності психічних систем;
- якостями розвитку.

Кожний стан тимчасовий і може змінюватися іншим станом. Саме за часовою характеристикою намагаються відрізнити стани від процесів (перші триваліші, другі – швидкоплинні). Однак цей критерій дуже відносний, як і поділ самих станів на стійкі і мінливі, короткочасні і тривалі. Орієнтацію на те, що стани завжди тривалі, Є. Ільїн вважає не виправданою, оскільки немає норми тривалості явища, на підставі якої можна говорити, що це не стан.

Крім інтенсивності фізіологічних і психічних процесів необхідно враховувати й інші характеристики, у тому числі якість процесів, емоцій. Іншими словами, схема класифікації станів має бути багатовимірною.

Так, позитивні щодо пережитих емоцій стани можуть знижувати наполегливість людини в досягненні поставленої мети, негативні ж емоційні стани стимулюють діяльність (наприклад спортивна злість). А деякі

несприятливі стани, пов'язані з негативними переживаннями, не погіршують, а стимулюють діяльність із низки параметрів.

Специфіка стану залежить від безлічі причин. Через це актуальний стан людини, що виникає в кожній конкретній ситуації, завжди унікальний.

Діагностика психічних станів, як правило, проводиться на основі оцінювання різноманітних психологічних ознак, які відображають рівень переживань суб'єкта, стан психофізіологічних якостей і його активність.

Методики, які використовуються для діагностики психічних станів, належать до трьох груп:

- методики визначення психофізіологічних показників;
- методики визначення суб'єктивного стану;
- методики визначення поведінкових проявів.

Методики визначення психофізіологічних показників

Ця група методик є найоб'єктивнішою щодо діагностики психічних станів і здійснюється за допомогою реєстрації вегетативних проявів: частота серцевих скорочень, дихання, шкірно-гальванічні реакції, електроенцефалограма мозку та ін. Зазначені діагностичні показники здебільшого отримують за допомогою прикладних психофізіологічних методик. Однак ідеться не про самі поведінкові реакції, а їх фізіологічні індикатори. Це опосередкований вид діагностики. Такі методики найчастіше використовуються для діагностики функціонального стану людини. Оскільки цей клас методик потребує спеціально обладнаних лабораторій, він має обмежене застосування.

Методики визначення суб'єктивної оцінки стану

Доцільність застосування з діагностичною метою суб'єктивних методик для оцінювання психічних станів пояснюється різноманітністю проявів симптоматики різних внутрішніх станів у житті людини. На формування комплексу суб'єктивних переживань прямий вплив мають такі фактори, як установка суб'єкта і його навички саморефлексії, ступінь усвідомлюваності симптомів і часу їх появи, мотивація, значущість діяльності, індивідуальні особливості людини.

Існують суб'єктивні методики оцінювання стану монотонії, різних форм тривожності, переживань стресу. Розроблення цієї групи методик здійснювалося шляхом ретельного вивчення симптоматики станів. Було виділено два основні методичні напрями їх вивчення: *метод опитування* і *метод шкалування суб'єктивних переживань*.

Опитувальники спрямовані на виявлення якісно різнорідних переживань стану, які більшою чи меншою мірою можуть усвідомлюватися людиною. Виділені симптоми входять до складу опитувальника у вигляді розгорнутих словесних формулювань, що мають стверджувальну форму або форму запитання. Характеристика стану людини будується на основі загального числа зазначених симптомів та аналізу їх якісної своєрідності.

Серед труднощів, які виникають у процесі використання опитувальників із діагностичною метою, назвемо: відсутність адекватних прийомів кількісного оцінювання отриманих результатів; сумарна оцінка загального числа

відмічених симптомів – надто грубий показник, особливо якщо при цьому не враховується порівняльна значущість наявності тієї чи іншої ознаки; в опитувальниках, як правило, не визначається ступінь вираженості кожного симптому. Наведені недоліки значно компенсуються методиками суб'єктивного шкалування стану.

Опитувальники суб'єктивного шкалування призначені для точнішого оцінювання стану. Обстежуваного просять зіставити свої відчуття з низкою ознак, сформульованих максимально стисло і наведених, як правило, парою полярних ознак. Передбачається, що людина здатна оцінити ступінь вираженості кожного симптому, зіставляючи інтенсивність внутрішнього переживання із заданою оціночною шкалою.

Для суб'єктивного оцінювання стану важливого значення набуває застосування опитувальника Спілбергера–Ханіна для оцінювання ситуативної та особистісної тривожності. Психічна стійкість людини вимірюється порогом її емоційного реагування на ту чи іншу загрозову ситуацію.

Аналогічно розраховується оцінка рівня особистісної тривожності. Для вивчення особистих якостей можна використовувати опитувальник Дж. Тейлора – шкалу самооцінки особистісної тривожності, поширеного серед практичних психологів для оцінювання загального рівня тривожності.

Однак, використовуючи суб'єктивні методики для оцінювання психічних станів, слід враховувати ту обставину, що ми отримуємо інформацію про психічні стани від самого суб'єкта, і її достовірність має підкріплюватись об'єктивно отриманими даними.

Основним психологічним засобом діагностики психічних станів є виконання коротких тестових процедур, що характеризують ефективність різних психічних процесів у розв'язанні відповідних поведінкових задач. Відповідно проблема оцінювання психічних станів являє собою типову психометричну задачу: описати і кількісно оцінити зрушення у досліджуваних психологічних процесах, які відбуваються під впливом особливостей умов праці.

Отже, зважаючи на багаторівневість і специфіку діагностики психічних станів, для їх оцінювання необхідно використовувати методики, які відтворюють основні рівні прояву: стан головних професійно важливих функцій (пам'ять, увага, мислення); суб'єктивне оцінювання стану (методика САН, шкала реактивної тривожності та ін.); оцінювання психофізіологічної напруженості; результативність діяльності та адекватність реакцій. Розглянемо детальніше деякі з цього переліку.

2.5.1 Опитувальник суїцидального ризику (А. Г. Шмельов)

Ризик виникнення суїцидальної поведінки безпосередньо пов'язаний з особливостями афективно-вольової сфери людини. Тому опитувальник суїцидального ризику допомагає оцінити як вольові якості, так і особливості стану.

Порівняно з іншими одношкальними методиками, що так чи інакше вимірюють рівень емоційної дезадаптації (опитувальники тривожності особистості, нейротизму та інші), в опитувальнику суїцидального ризику здійснена спроба якісної кваліфікації симптоматики – виявлення індивідуального стилю та змісту суїцидальних намірів певної людини.

Опитувальник суїцидального ризику пройшов психометричну адаптацію у праці І. Ю. Белякова, що виконано під керівництвом А. Г. Шмельова. На першому етапі під час обстеження 24 пацієнтів кризового стаціонару на базі лікарні № 20 м. Москви було відібрано пункти ММРІ (версія Ф. Березіна зі співавторами), що виражають специфіку відповідей суїцидентів порівняно зі звичайними людьми. На другому етапі перелік пунктів із ММРІ доповнено низкою авторських оригінальних тверджень і пілотажна версія опитувальника суїцидального ризику із 72 пунктів надавалася 77 випробовуваним, із метою відбору пунктів за методом екстремальних груп. Із 77 чоловік 20 були пацієнтами зазначеного кризового відділення лікарні № 20.

У результаті було відібрано 29 пунктів, які мали значущий ϕ -коефіцієнт чотириклітинної кореляції між відповідями.

Інструкція. Перед вами список із 29 тверджень. Вам необхідно на них відповісти. Уважно прочитайте ці твердження. У бланку для відповідей у разі згоди з твердженням поставте “+”, незгоди – позначку “-”. Працюйте не поспішаючи.

Текст опитувальника

1. Ви все відчуваєте гостріше, ніж більшість людей.
2. Вас часто непокоять похмурі думки.
3. Тепер ви вже не сподіваєтеся досягти бажаного статусу в житті.
4. У випадку невдачі вам важко розпочати нову справу.
5. Вам, безперечно, не щастить у житті.
6. Навчатися вам стало важче, ніж раніше.
7. Більшість людей задоволена життям більше, ніж ви.
8. Ви вважаєте, що смерть є спокутою гріхів.
9. Лише зріла людина може прийняти рішення піти з життя.
10. Часом у вас трапляються напади невпинного сміху або плачу.
11. Звичайно ви обережні з людьми, які ставляться до вас дружелюбніше, ніж ви очікували.
12. Ви вважаєте себе приреченою людиною.
13. Мало хто щиро намагається допомогти іншим, якщо це пов'язано з незручностями.
14. Ви вважаєте, що вас ніхто не розуміє.
15. Людина, яка вводить у спокусу, залишаючи без догляду цінне майно, винувата так само, як і той, хто це майно викрадає.
16. У вашому житті не було таких невдач, коли здавалося, що все закінчено.
17. Звичайно ви задоволені своєю долею.
18. Ви вважаєте, що завжди треба своєчасно поставити крапку.

19. У вашому житті є люди, прив'язаність до яких може дуже вплинути на ваші рішення і навіть змінити їх.

20. Коли вас ображають, ви прагнете абищо довести кривднику, що він вчинив несправедливо.

21. Часто ви так схвильовані, що це заважає вам говорити.

22. Часто обставини, в яких ви опинилися, здаються вам особливо несправедливими.

23. Іноді вам здається, що зненацька ви зробили щось погане або навіть гірше.

24. Майбутнє уявляється вам досить безпросвітним.

25. Більшість людей здатна добитися користі не зовсім чесним шляхом.

26. Майбутнє надто розпливчате, щоб складати серйозні плани.

27. Мало кому в житті довелося пережити те, що недавно довелося вам.

28. Ви схильні так гостро переживати неприємності, що думки про це не йдуть із голови.

29. Часто ви дієте необдуманно, піддаючись першому пориву.

Обробка та інтерпретація результатів

Обробка результатів відбувається у вигляді підрахунку балів за кожною шкалою згідно з ключем.

Демонстративність: 12, 14, 20, 22, 27.

Афективність: 1, 10, 20, 23, 28, 29.

Унікальність: 1, 12, 14, 22, 27.

Неспроможність: 2, 3, 6, 7, 17.

Соціальний песимізм: 5, 11, 13, 15, 17, 22, 25.

Злам культурних бар'єрів: 8, 9, 18.

Максималізм: 4, 16.

Часова перспектива: 2, 3, 12, 24, 25, 27.

Антисуїцидальний фактор: 19, 21.

Зміст діагностичних концептів

Демонстративність (Д). Бажання привернути увагу оточення до своїх нещастя, домогтися співчуття й розуміння. Оцінка із зовнішніх позицій, інколи як шантаж, істероїдне випинання труднощів, демонстративна суїцидальна поведінка переживається ізсередини як крик по допомогу. Найбільш суїцидонебезпечне поєднання з емоційною ригідністю, коли діалог зі світом може зайти надто далеко.

Афективність (А). Домінування емоцій над емоційним контролем в оцінці ситуації. Готовність реагувати на психотравмуючу ситуацію безпосередньо, емоційно. Крайній варіант – блокада інтелекту.

Унікальність (У). Сприйняття себе, ситуації і, можливо, власного життя в цілому як виняткового явища, не схожого на інші і, отже, можливо виключні варіанти виходу, зокрема суїцид. Ця шкала тісно пов'язана з феноменом непроникності для досвіду, тобто з недостатнім умінням використовувати свій і чужий життєвий досвід.

Неспроможність (Н). Негативна концепція власної особистості. Уявлення про свою неспроможність, некомпетентність, відчуття непотрібності в цьому світі. Субшкала може бути пов'язана з уявленнями про фізичну, інтелектуальну, моральну та іншу неспроможність. Неспроможність виражає інтрапунітивний радикал. Формула внутрішнього монологу “Я поганий”.

Соціальний песимізм (СП). Негативна концепція навколишнього світу. Сприйняття світу як ворожого, що не відповідає уявленням про нормальні або задовільні для людини стосунки з оточенням. СП тісно пов'язаний з екстрапунітивним стилем каузальної атрибуції. Екстрапунітивність визначається за формулою внутрішнього монологу “Ви всі не гідні мене”.

Злам культурних бар'єрів (ЗКБ). Культ самогубства. Пошук культурних цінностей і нормативів, які виправдовують суїцидальну поведінку або навіть роблять її якоюсь мірою привабливою. Запозичення суїцидальних моделей поведінки з літератури й кіно. Крайній варіант – інверсія цінності життя і смерті. У разі відсутності виражених піків за іншими шкалами це може свідчити лише про естетизацію смерті. Одна з можливих внутрішніх причин культу смерті – доведена до патологічного максималізму смислового установка на самостійність “Вершитель власної долі сам визначає кінець свого існування”.

Максималізм (М). Інфантильний максималізм ціннісних установок. Максималізація цінностей значущості найменшої втрати з одночасною мінімалізацією цінностей значущості наявних досягнень. Поширення на всі сфери життя змісту локального конфлікту в якійсь одній сфері. Неможливість компенсації. Афективна фіксація на невдачах.

Часова перспектива (ЧП). Неможливість конструктивного планування майбутнього. Це може бути наслідком сильної заглибленості у справжню ситуацію, трансформацією почуття нерозв'язності поточної проблеми, глобального страху невдач і поразок у майбутньому.

Антисуїцидальний фактор (АФ). Навіть у разі високої вираженості всіх інших факторів є фактор, який знижує глобальний суїцидальний ризик. Це глибоке розуміння почуття відповідальності за близьких, почуття обов'язку, а також уявлення про гріховність самогубства, його антиестетичність, страх болю і фізичних страждань. У певному сенсі це показник наявного рівня передумов для психокорекційної роботи.

2.5.2 Метод колірних виборів (М. Люшер, в адаптації Л. Собчик)

Метод колірних виборів є адаптацією методики вибору кольору М. Люшера, здійсненою Л. Собчик. Тест вибору кольору М. Люшера являє собою проєктивну методику дослідження особистості, засновану на суб'єктивній перевазі колірних стимулів.

Добре відомо, що вплив кольору може викликати в людини як фізіологічний, так і психологічний ефект. Ця обставина давно вже враховується в мистецтві, естетиці, на виробництві. Оскільки емоційне ставлення до кольору може характеризуватися наданням йому переваги (вибором) або байдужістю,

або відмовою від нього (негативною оцінкою), то воно враховується і в психодіагностиці.

Тест Люшера засновано на припущенні про те, що вибір кольору нерідко відображає спрямованість випробовуваного на певну діяльність, настрій, функціональний стан і найстійкіші риси особистості. Характеристика кольорів включає в себе 4 основних і 4 додаткових кольори.

Основні кольори:

- 1) синій – символізує спокій, задоволеність;
- 2) синьо-зелений – почуття впевненості, наполегливості, іноді впертість;
- 3) оранжево-червоний – символізує силу волевого зусилля, агресивність, наступальні тенденції, збудження;
- 4) світло-жовтий – активність, прагнення до спілкування, експансивність, веселість.

За відсутності конфлікту в оптимальному стані основні кольори мають займати переважно перші п'ять позицій.

Додаткові кольори:

- 1) фіолетовий;
- 2) коричневий;
- 3) чорний;
- 4) сірий (позначається як нульовий – “0”).

Ці кольори символізують негативні тенденції: тривожність, стрес, переживання страху, гніву. Їх значення (як і основних) найбільшою мірою визначається взаємним розташуванням, розподілом за позиціями.

Процедура методики полягає в тому, що випробовуваний вибирає з восьми запропонованих кольорів той, який вам найбільше подобається. При цьому в інструкції наголошується, що він мусить вибрати колір як такий, не намагаючись співвідносити його з улюбленим кольором в одязі, кольором очей тощо. Коли вибір зроблено, картку з цим кольором прибирають із поля зору. Далі випробовуваний вибирає з решти семи кольорів найприємніший (картка так само прибирається). Процедура триває до останнього кольору. Порядок виборів утворює цифровий ряд (кожному кольору відповідає стандартне цифрове позначення). Через 2–3 хв вибір кольорів повторюється, при цьому в інструкції до другої розкладки наголошується, що випробовуваному не слід намагатися згадати порядок розкладки в першому виборі і свідомо змінювати попередній порядок. Він мусить вибирати кольори, наче вперше.

Перший вибір (розкладка) характеризує бажаний стан, другий – дійсний. Інтерпретація результатів ведеться таким чином.

У результаті тестування складаються вісім позицій:

- 1) перша і друга – явна перевага, позначається “+ +”;
- 2) третя і четверта – перевага, позначається “X X”;
- 3) п'ята і шоста – байдужість до кольору, позначається “= =”;
- 4) сьома і восьма – антипатія до кольору, позначається “– –”.

На підставі аналізу більше 36 тис. результатів досліджень М. Люшер розробив характеристику вибраних позицій.

1-ша позиція відображає засоби досягнення мети (наприклад, вибір синього кольору свідчить про намір діяти спокійно, без зайвого напруження).

2-га позиція показує мету, до якої прагне випробовуваний.

3-тя і 4-та позиції характеризують перевагу кольору і відображають відчуття випробовуваним правдивості ситуації, в якій він перебуває, або ж спосіб дій, який йому підказує ситуація.

5-та і 6-та позиції характеризують байдужість до кольору, нейтральне ставлення до нього. Вони наче свідчать, що випробовуваний не пов'язує свій стан, настрій, мотиви із цими кольорами. Однак у певній ситуації така позиція може містити резервне трактування кольору, наприклад, синій колір (колір спокою) відкладається тимчасово як такий, що не відповідає цій ситуації.

7-ма і 8-ма позиції характеризують негативне ставлення до кольору, прагнення придушити будь-яку потребу, мотив, настрій, що відображаються вибраним кольором.

Запис вибраних кольорів здійснюється відповідно до номерів у порядку переваги із зазначенням позицій. Наприклад, у разі вибору червоного, жовтого, синього, сірого, зеленого, фіолетового, коричневого і чорного кольорів записується:

+ + X X = = - - -

3 4 1 0 2 5 6 7

Зони (+ +; X X; = =; - -) утворюють 4 функціональні групи.

В інтерпретації результатів ураховуються такі аспекти:

- загальна послідовність вибору кольорів у першій і другій серіях;
- взаємне розташування основних кольорів, основних і додаткових кольорів;
- розташування кольорів на перших і останніх позиціях.

Оцінюючи послідовність основних кольорів, ураховують таке: якщо вони займають позицію після п'ятої, то властивості, потреби, які ними характеризуються, не задоволені, що вказує на тривожність і негативний стан.

Розглядається також взаємне розташування основних кольорів. Коли, наприклад, № 1 і № 2 (синій і жовтий) перебувають поруч (утворюючи функціональну групу), підкреслюється їх загальна риса – суб'єктивна спрямованість “усередину”. Взаємне розташування кольорів № 2 і № 3 (зеленого і червоного) указує на автономність, самостійність у прийнятті рішень, ініціативність. Поєднання кольорів № 3 і № 4 (червоного і жовтого) підкреслює спрямованість “назовні”. Сполучення кольорів № 1 і № 4 (синього і жовтого) підсилює уявлення залежності випробовуваних від середовища. Поєднанням кольорів № 1 і № 3 (синього і червоного) в одній функціональній групі підкреслюється сприятливий баланс залежності від середовища і суб'єктивної спрямованості (синій колір) і автономності, спрямованості “назовні” (червоний колір). Сплучення зеленого і жовтого кольорів (№ 2 і № 4)

розглядається як протиставлення суб'єктивного прагнення “всередину”, автономності, упертості прагненню “назовні”, залежності від середовища.

Інтерпретацію колірних пар у різних позиціях наведено нижче.

Основні кольори, на думку М. Люшера, символізують такі психологічні потреби:

№ 1 (синій) – потреба в задоволенні, спокої, стійкій позитивній прихильності;

№ 2 (зелений) – потреба в самоствердженні;

№ 3 (червоний) – потреба активно діяти і досягати успіху;

№ 4 (жовтий) – потреба в перспективі, надія на краще, мрії.

Якщо основні кольори у 1–5-й позиціях, вважається, що ці потреби певною мірою задовольняються, сприймаються як задоволені. Якщо ж вони на 6–8-й позиціях, існують конфлікт, тривожність, невдоволеність через несприятливі обставини. Колір, що відхиляється, може розглядатись як джерело стресу. Наприклад, відхилення синього кольору означає невдоволення браком спокою, прихильності.

Можливості оцінювання працездатності в ході аналізу вибору кольорів М. Люшер урахував виходячи з таких міркувань.

Зелений колір характеризує гнучкість вольових проявів у складних умовах діяльності, чим забезпечується підтримання працездатності.

Червоний колір характеризує силу волі й почуття задоволеності прагненням досягнення мети, що також сприяє підтриманню працездатності.

Жовтий колір відображає сподівання на успіх, спонтанне задоволення від участі в діяльності (іноді без чіткого усвідомлення її деталей), орієнтацію на подальшу роботу.

Якщо всі ці три кольори стоять на початку ряду і разом, то ймовірна продуктивніша діяльність, більша працездатність. Якщо ж вони перебувають у другій половині ряду і розділені між собою, то прогноз менш сприятливий.

Показники тривоги. Якщо основний колір стоїть на 6-му місці, він позначається знаком “–”, і вся решта за ним (78 позицій) позначаються цим самим знаком. Їх слід розглядати як кольори, що відкидаються, як причину тривожності, негативного стану.

У тесті Люшера такі випадки додатково позначають буквою *A* над номером кольору і знаком “–”, наприклад:

A A A

– – –

1 6 0

Показники компенсації. За наявності джерела стресу, тривоги (що виражається яким-небудь основним кольором, поміщеним на 6-ту й 8-му позиції) колір у 1-й позиції розглядається як показник компенсації (компенсуючим мотивом, настроєм, поведінкою). У цьому випадку над цифрою, що займає 1-ше місце, ставиться буква *C*. Вважається явищем більш-менш нормальним, коли компенсація відбувається за рахунок одного з

основних кольорів. Водночас сам факт наявності показника компенсації стресу завжди свідчить про недостатню оптимальність стану.

У тих же випадках, коли компенсація проходить за рахунок додаткових кольорів, результати тесту трактуються як показники негативного стану, негативних мотивів, негативного ставлення до навколишньої ситуації.

Показники інтенсивності тривоги характеризуються позицією, яку займають основні кольори. Якщо основний колір на 6-му місці, фактор, що викликає тривогу, вважається відносно слабким (це зазначено одним знаком оклику); якщо такий колір у 7-й позиції, ставляться два знаки оклику (!!); якщо основний колір на 8-й позиції, ставляться три знаки (!!). Таким чином, може бути поставлено до 6 знаків оклику, що характеризують джерело стресу, тривоги. Наприклад:

```
! !! !!!
A A A
- - -
2 1 4
```

Подібним чином оцінюються випадки несприятливої компенсації. Якщо компенсацією служить який-небудь з основних кольорів чи фіолетовий, знаки не ставляться. Коли сірий, коричневий або чорний кольори займають 3-тю позицію, ставиться один знак оклику (!), якщо 2-гу позицію, ставиться два знаки (!!), якщо першу позицію, то ставиться три знаки (!!).

Таким чином, їх може бути 6, наприклад:

```
!!! !! !
C C C
6 0 7
```

Вважається, що чим більше знаків “!”, тим гірший прогноз.

Особливе значення в інтерпретації результатів тестування має оцінка кольору в останній, 8-й позиції (або в 4-й функціональній групі за наявності двох кольорів зі знаком “-”). Кольори в цій позиції, позначені знаками оклику, свідчать про досить велику ймовірність розвитку у випробовуваного стану тривожності.

Необхідно звертати увагу на співвідношення першої і восьмої позицій: чи має місце компенсація, чи за нормальною схемою вона змінена.

Може бути також проаналізоване співвідношення кольорів у другій і третій позиціях (бажана мета і фактична ситуація). Чи немає між ними конфлікту? Наприклад, червоний колір у другій і сірий у третій позиціях символізують конфлікт між метою, мотивами і самооцінкою реального стану.

Інтерпретація результатів тесту Люшера передбачає зіставлення їх із результатами інших методів.

Інтерпретація колірних пар у різних позиціях

+0

Реакція відходу від контактів з оточенням через блокування насущних потреб. Почуття втоми, обмеження сфери спілкування, зниження соціальної активності. Потрібен спокій, відпочинок, співчуття й розуміння.

+0 +1

Потреба у спокої, уникненні конфліктів, установка на уникнення конфліктів, знижений фон настрою, прагнення розслаблення й відпочинку. Труднощі спілкування. Почуття незрозумілості й самотності.

+0 +2

Реакція відходу від контактів у зв'язку з тим, що стосунки не складаються. Необхідним є вирішення конфліктної ситуації і можливість зберегти свій соціальний статус і повагу оточення. Існує потреба у стабільній обстановці, такому виді діяльності, що потребує вдумливості, точності й акуратності. Ситуація викликає недовіру, опір зовнішнім впливам, прагнення захистити себе від зовнішнього тиску і при цьому зберегти свою позицію і престиж. Твереза, розумова оцінка ситуації. Упертість.

+0 +3

Відхід від активної діяльності й широкого кола контактів через перевтому і виражені труднощі. Внутрішня напруженість і конфлікт різноспрямованих тенденцій. З одного боку – мотивація досягнення успіху і тенденція до незалежної самореалізації, з іншого – підвищена втома і відчуття непереборних труднощів. Наполегливість і самотність, що звичайно сприяють досягненню цілей, блоковані тимчасовим зниженням активності, що може бути пов'язане з несприятливими нинішніми обставинами або втомою.

+0 +4

Реакція відходу від активної діяльності й широкого кола контактів через перевтому і несприятливу ситуацію. Потреба в емоційній залученості і почуття причетності до інтересів референтної групи не реалізуються повною мірою, що підсилює риси емоційної лабільності. Необхідність підвищення самоконтролю створює деяку напруженість, відчувається як тягар, бо доводиться брати на себе більшу, ніж цього хотілося б, відповідальність. Не реалізується повною мірою потреба в залученні уваги оточення до своєї персони.

+0 +5

Інтровертна реакція, викликана труднощами адаптації в соціальному середовищі. Потреба уникнення контактів широкого кола, вихід у світ суб'єктивних уявлень, фантазій, мрії. Пасивно-споглядальна позиція. Сензитивність, тонко нюансована чутливість, ірреальність домагань і суб'єктивізм в оцінці життєвих явищ, тенденція до ідеалізації навколишньої дійсності, риси емоційної незрілості. Індивідуалістичність у поєднанні з підвищеною вразливістю, виражена вибірковість у контактах. Естетична орієнтованість, своєрідність пристрастей.

+0 +6

Реакція відходу від контактів, напруженість, втома, блокування фізіологічних потреб, погане самопочуття, втрата звичного життєвого стереотипу, помисливість, хвороблива зосередженість на поганому самопочутті. Пасивність, яка поєднується із занепокоєнням, відчуття непереборних труднощів, потреба позбутися їх гніту, тривожний стан,

відсутність можливості самореалізації, знижений фон настрою. Потреба в допомозі й відпочинку.

+0 +7

Поєднання втоми й пасивності з вираженим почуттям внутрішнього протесту проти обставин, що склалися (долі), неприйняття ситуації, яка зачіпає самолюбство і блокує насущні потреби особистості. Потреба у звільненні від гнітючих обставин, несправедливості. Поряд зі зниженим фоном настрою і активності – емоції гніву.

+1

Потреба в міцній і глибокій прихильності, емоційному комфорті й захисті від зовнішніх впливів. Дружелюбність, конформність установок. Потреба в розумінні, любові та підтримці є провідною і тому найуразливішою мішенню. Замкнутість, вибірковість у контактах, аналітичний склад розуму, вдумливий підхід до вирішення проблем, інертність у прийнятті рішень. Гальмівні риси, переважання прагнення спокою, самотності, сплески активності швидко змінюються фазою пасивності.

+1 +0

Потреба в міцній і глибокій прихильності, емоційному комфорті й захисті від зовнішніх впливів. Дружелюбність, конформність установок. Потреба в розумінні, любові та підтримці є провідною і тому найуразливішою мішенню. Замкнутість, вибірковість у контактах, аналітичний склад розуму, вдумливий підхід до вирішення проблем, інертність у прийнятті рішень. Гальмівні риси, переважання прагнення до спокою, самотності, сплески активності швидко змінюються фазою пасивності. Згадані тенденції є знаряддям для досягнення спокою та позбавлення від стресу. Виражена схильність до обмеження контактів, розслаблення, уникнення конфліктів.

+1 +2

Потреба в міцній і глибокій прихильності, емоційному комфорті й захисті від зовнішніх впливів. Дружелюбність, конформність установок. Потреба в розумінні, любові та підтримці є провідною і тому найуразливішою мішенню. Замкнутість, вибірковість у контактах, аналітичний склад розуму, вдумливий підхід до вирішення проблем, інертність у прийнятті рішень. Гальмівні риси, переважання прагнення до спокою, самотності, сплески активності швидко змінюються фазою пасивності. Згадані тенденції становлять інструмент для досягнення нормальних умов роботи та взаємодії з оточенням на підставі вдумливого, розсудливого, тверезого підходу до вирішення проблем. Потреба в оберіганні від посягань своєї соціальної позиції, підвищене почуття власної гідності, потреба як у самоповазі, так і збереженні особистісного реноме в очах значущого оточення. Схильність до системного мислення, потяг до точних сфер знань. Делікатність у сфері міжособистісних контактів поєднується з упертістю в отстоюванні своєї позиції. Мотивація уникнення неуспіху за досить ригідних (негнучких) установок і завзятості у своїх починаннях. Риси підвищеної акуратності та уваги до деталей.

+1 +3

Конфліктне поєднання різноспрямованих тенденцій: високої мотивації уникнення неуспіху і мотивації досягнення. Виражена схильність до безпосередньої самореалізації суперчливо поєднується з такою ж високою тенденцією до уникнення конфліктів, підвищеним контролем над своїми почуттями і поведінкою. Урівноважуючи одна одну, ці тенденції створюють зовні гармонійний поведінковий рисунок, що загрожує фізіологічними розладами. Еротичність у сфері потягу до протилежної статі поєднується з емпатійністю (умінням співпереживати), що може бути підґрунтям для гармонійних стосунків.

+1 +4

Змішаний, емоційно нестійкий рисунок індивідуально-особистісних властивостей, що виявляє високу схильність до зовнішніх (середовищних) впливів. Уразливість, чутливість, залежність від значущого оточення, підвищений самоконтроль і конформність установок поєднуються з тенденцією до легкої зміни настрою і устремлінь, здатністю вживатися в різні соціальні ролі. Схильність до екзальтації, потреба подобатися оточенню. Ентузіазм і прагнення причетності до інтересів референтної групи легко змінюються тенденцією уникати зайвої відповідальності, співчуття і співпереживання більш значущі, ніж конкретні цілі. У роботі більше уваги приділяється самому процесу, який задовольняє провідні тенденції, ніж її остаточному результату. Велике значення надається враженню, що справляється, і дружнім стосункам з оточенням.

+1 +5

Пасивно-споглядальна позиція, висока чутливість до зовнішніх впливів, тонка нюансованість почуттів у взаєминах з оточенням і в оцінці явищ життя. Незрілість позиції, уразливість, труднощі адаптації, уникнення жорстко обмежених рамок діяльності. Мрійливість і поетичність натури, сентиментальність, естетична орієнтованість. Непересічне мислення, прагнення до своєрідних видів занять і захоплень. Мінорний фон настрою.

+ 1 +6

Пасивність позиції, риси залежності, тривожність, невпевненість у собі, недовірливість і боязкість, побоювання за своє здоров'я. Почуття незрозумілості, брак емоційного тепла з боку оточення. Виражена залежність від об'єкта прихильності, потреба в захисті й допомозі.

+1 +7

Реакція пасивно-протестна (змішаний тип реагування, характерний для осіб зі схильністю до розвитку фізичної недуги в ситуації емоційної напруженості), виражена нестійкість стану, незбалансованість емоційно-вегетативного тону. Невдоволення і протест проти обставин, що склалися, знижений фон настрою, що поєднується з протестними реакціями. Потреба у вирішенні нестерпної ситуації і відчуття неможливості її вирішити. Усвідомлений контроль над ірраціональними (що не піддаються розумінню) поведінковими реакціями. Зіткнення конфліктних мотивів, що призводить до

емоційної напруженості, яка, не маючи можливості бути відреагованою зовні, виявляється через психосоматичні розлади.

+2

Скептичний настрій щодо думки інших осіб, потреба у відстоюванні власних установок, завзятість, протидія обставинам, що має захисний характер. Практичність і тверезість суджень, раціоналізм, тенденція до системного підходу у вирішенні проблем. Покладання на накопичений досвід. Орієнтування на власну думку, опір зовнішньо-середовищним впливам. Зрілість життєвої платформи. Почуття суперництва. Значущість власної соціальної позиції. Тропізм до конкретних видів діяльності, сфери точних знань і до статусу лідера в соціальному оточенні.

+2 +0

Скептичність і недовірливість, потреба у відстоюванні власних позицій, завзятість, протидія обставинам, що має захисний характер. Практичність і тверезість суджень, раціоналізм, тенденція до системного підходу у вирішенні проблем. Покладання на накопичений досвід. Орієнтування на власну думку, опір зовнішньо-середовищним впливам. Зрілість життєвої платформи. Почуття суперництва. Значущість власної соціальної позиції. Тропізм до конкретних видів діяльності, сфери точних знань і до статусу лідера в соціальному оточенні. Згадані тенденції суперечливо поєднуються з відчуттям ізольованості, наявності труднощів, що заважають реалізації провідної потреби. Складність спілкування, проблема міжособистісного конфлікту.

+2 +1

Скептичність, потреба у відстоюванні власних установок, завзятість, протидія обставинам, що має захисний характер. Практичність і тверезість суджень, раціоналізм, тенденція до системного підходу у вирішенні проблем. Покладання на накопичений досвід. Орієнтування на власну думку, опір зовнішньо-середовищним впливам. Зрілість життєвої платформи. Почуття суперництва. Значущість власної соціальної позиції. Тропізм до конкретних видів діяльності, сфери точних знань і до статусу лідера в соціальному оточенні. Ці особливості пом'якшуються установкою на уникнення конфлікту і контрольованістю. Підвищена вразливість щодо критичних зауважень з боку оточення, уразливе самолюбство, значущість соціального престижу. Потреба в самоповазі і повазі з боку оточення. Вдумливість, акуратність, серйозне ставлення до обов'язків, інтерес до точних наук і роботи, що вимагає конкретних знань, тонкого ручного виконання, підрахунку. Інтерес до техніки, економіки, математики або фізики.

+2 +3

Амбітність і захисно-оборонні тенденції, висока пошукова активність, наполегливість у досягненні мети, виражена тенденція до домінування, протидія тиску зовнішніх чинників, самостійність у прийнятті рішень, заповзятливість, ініціативність. Ці характеристики посилені впевненістю в собі, наступальною тактикою взаємодії в міжособистісних контактах, іще вираженішими рисами незалежності. Стенічність (вольова активність),

стресостійкість, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, розвинуте почуття суперництва, захопленість і прагнення подолання перешкод на шляху до реалізації своїх намірів.

+2 +4

Амбітно-захисні тенденції, потреба у відстоюванні власних установок, завзятість, протидія обставинам, що має захисний характер. Практичність і тверезість суджень, раціоналізм, тенденція до системного підходу у вирішенні проблем. Покладання на накопичений досвід. Орієнтування на власну думку, опір зовнішньо-середовищним впливам. Зрілість життєвої платформи. Почуття суперництва. Значущість власної соціальної позиції. Тропізм до конкретних видів діяльності, сфери точних знань і до статусу лідера в соціальному оточенні поєднується з такими особливостями, як виражена надія на успіх, потреба в емоційній залученості, у змінах, спілкуванні. Оптимістичність, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подібатися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності. Суперечливе поєднання підвищеного почуття власної гідності і хворобливого самолюбства з підвладністю середовищним впливам, орієнтуванням на думку значущого оточення і референтної групи. Прагнення зміцнити самооцінку через престижність позиції і популярність серед оточення.

+2 +5

Захисні зовнішньо-обвинувачувальні тенденції при утрудненій адаптації в міжособистісних стосунках. Поряд із тверезістю в оцінках і раціоналізмом проявляються елементи суб'єктивізму, надчуттєвості до критичних зауважень, недовірливість, відчуття небезпеки через недобррозичливість деяких людей. Мислення синтетичне, виборче, з художніми нахилами та сприйнятливостю до естетики. Прагнення привернути до себе увагу, завоювати симпатії оточення і визнання своєї оригінальності. Тенденція надавати особливу значущість своїм судженням і висловлюванням інших людей. Настороженість. Уразливість. Тенденція до побудови суб'єктивної ірраціональної схеми ворожих міжособистісних стосунків.

+2 +6

Реакція на ситуацію, що склалася, зовнішньо-обвинувачувальна, образлива. Наполегливість у відстоюванні своїх позицій нестійка, натрапляє на труднощі в міжособистісних контактах, що спричиняє підвищену дратівливість, тривожну невпевненість, утому і погіршення самопочуття; характеристики стінічності спрямовані на подолання почуття дискомфорту і невпевненості, пом'якшені деякою конформністю установок. Відчуття певного приниження свого соціального престижу.

+2 +7

Реакція на ситуацію, що склалася, агресивна, зовнішньо-обвинувачувальна. Гіперстенічні (надактивні) тенденції з вираженим почуттям протесту. Ригідність установок у відстоюванні своїх позицій, утиск почуття власної гідності, під загрозою престижність позиції, що спричиняє наростання емоцій гніву; характеристики стенічності (активності) різко посилені протидією середовищу, несприятливими обставинами, боротися з якими важко через суб'єктивне переживання почуття їх невідворотності.

+3

Активність і наступальність, висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, потреба в самореалізації, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стенічності (активності) і мужності, схильність до ризику.

+3 +0

Суперечливість тенденцій, активність компенсує неможливість повної реалізації нагальних потреб. Висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, цілеспрямованість дій, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, потреба в самореалізації, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стенічності (активності) і мужності, схильність до ризику. Характеристики волі спрямовані на подолання конфлікту з оточенням. Труднощі самореалізації підсилюють безпосередність поведінкових реакцій, але це не дає відчуття задоволення, збільшує дистанцію у стосунках з оточенням і посилює гостроту конфлікту.

+3 +1

Змішаний тип реагування, в якому поєднуються конфліктно різноспрямовані тенденції. Такі характеристики, як активність позиції, висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, цілеспрямованість дій, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, потреба в самореалізації, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стенічності (активності) і мужності, схильність до ризику використовуються як інструмент досягнення гармонійних і доброзичливих стосунків з оточенням, особливо в дружніх і інтимно-еротичних контактах. Зовні врівноважена поведінка дається ціною певного напруження з тенденцією до розгойдування вегетативного балансу і фізичного нездужання, мішенню яких є серце.

+3 +2

Активність, висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, цілеспрямованість дій, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, потреба в самореалізації, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стенічності і мужності, схильність до ризику поєднуються з такими тенденціями, як скептичність і зовнішньо-обвинувачувальні реакції,

потреба у відстоюванні власних установок, завзятість. Практичність і тверезість суджень, раціоналізм, тенденція до системного підходу у вирішенні проблем. Покладання на накопичений досвід. Орієнтування на власну думку, опір зовнішньо-середовищним впливам. Зрілість життєвої платформи. Почуття суперництва. Значущість власної соціальної позиції. Тропізм до конкретних видів діяльності, сфери точних знань і до статусу лідера в соціальному оточенні. Стійкість до стресів, прагнення до престижної позиції, домінування. Схильність до запальності в конфліктних ситуаціях.

+3 +4

Активність, висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, цілеспрямованість дій, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, потреба в самореалізації, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стеничності та мужності, схильність до ризику поєднуються з нестійкістю емоційного стану, тенденція до самореалізації – із мінливістю установок і непослідовністю. Яскравість емоційних реакцій, екзальтація почуттів, широкий спектр захоплень, оптимістичність, виражена товариськість, пошуки нових контактів і сфер інтересів. Самооцінка нестійка, поряд із високим рівнем домагань невпевненість у собі, що легко переходить в іншу крайність у ситуації визнання й успіху в очах оточення.

+3 +5

Активність самореалізації, висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, цілеспрямованість дій, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стеничності та мужності, схильність до ризику поєднуються з рисами емоційної незрілості, індивідуалістичністю, підвищеним прагненням до незалежної позиції, ірреальністю завищених домагань. Нетривіальний підхід до вирішення проблем, оригінальність, прагнення привернути увагу до себе і залучити у сферу своєї привабливості тих, чия думка є значущою. За досить високого інтелекту цей емоційно-динамічний рисунок являє собою оптимальні умови для прояву творчих здібностей.

+3 +6

Активність самореалізації, висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, цілеспрямованість дій, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стеничності та мужності, схильність до ризику – усі ці тенденції поєднуються з напруженістю фізіологічних потреб, відчуттям загального дискомфорту, втратою звичного життєвого стереотипу. Висока активність спрямована на пошуки виходу з несприятливої ситуації, що чинить фруструючий вплив, перешкоджає реалізації намірів. Дискомфорт викликає напруженість біологічних потреб, підвищену тривожність, потребу в розслабленні, заспокоєнні.

+3 +7

Висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, цілеспрямованість дій, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, потреба в самореалізації, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стеничності та мужності, схильність до ризику. Підвищена активність пов'язана з протестною гіперстеничною реакцією, прагненням до незалежності, відстоюванням своїх індивідуалістичних устремлінь під тиском авторитетів. Імпульсивність поведінки, нехтування умовностями. Труднощі соціальної адаптації. Схильність до протестних поведінкових реакцій. Агресивність.

+4

Потреба в дії, емоційній залученості, у змінах, спілкуванні. Оптимістичність, емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подобатися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності.

+4 +0

Потреба в дії, емоційній залученості, у змінах, спілкуванні натрапляє на перешкоди, що створює відчуття підвищеної втоми, труднощі в контактах з оточенням. Емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подобатися оточенню – усі ці характерні риси акцентовані через підвищену залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності. Усе це всупереч труднощам, відсутності підтримки і допомоги з боку оточення, невизначеності ситуації. Невиражене відчуття тривожності, витіснення проблем. Емоційна напруженість, причини якої практично не усвідомлюються.

+4 +1

Нестійкість фону настрою, суперечливість реакцій, безпосередньо пов'язана з протидією різноспрямованих тенденцій. Потреба в дії, емоційній залученості, у змінах, спілкуванні. Оптимістичність, емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подобатися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення

відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності поєднуються з такими властивостями, як потреба в міцній і глибокій прихильності, емоційному комфорту й захисті від зовнішніх впливів. Дружелюбність, конформність установок. Потреба в розумінні, любові та підтримці є провідною і тому найуразливішою мішенню. Звідси деяка вибірковість у контактах, аналітичний склад розуму, менш безпечний підхід до вирішення проблем, часом прагнення спокою, самотності, сплески активності швидко змінюються фазою пасивності, що створює підґрунтя для внутрішнього конфлікту. В особистісно значущій ситуації провідними є тенденції стеничного кола і виявляється підвищена емотивність. У соціально значущій ситуації ці властивості успішно контролюються. Схильність до перепадів настрою – від піднесеного, екзальтованого до сумного. Виражена залежність від середовищних впливів і від ситуації успіху-неуспіху.

+4 +2

Надія на успіх і виражена емотивність поєднуються з педантизмом. Переважають такі характеристики, як потреба в дії, емоційній залученості, у змінах, спілкуванні. Оптимістичність, емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подобатися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності. Ці риси посилюються такими тенденціями, як упертість, практичність, потреба у відстоюванні власних установок, агресивність, яка має захисний характер. Тверезість суджень, раціоналізм, тенденція до системного підходу у вирішенні проблем. Покладання на накопичений досвід. Орієнтування на власну думку, опір зовнішньо-середовищним впливам. Зрілість життєвої платформи. Почуття суперництва. Значущість власної соціальної позиції. Тропізм до конкретних видів діяльності, сфери точних знань і до статусу лідера в соціальному оточенні. Нестійкість і ригідність у поєднанні можуть взаємно врівноважувати одна одну за відповідного контролю досить високого інтелекту. Широта діапазону інтересів і висока пошукова активність у поєднанні з тенденцією до планомірності у прийнятті рішень і діях сприяють ефективній діяльності. За недостатньої особистісної інтеграції – підвищена конфліктність. Проблема особистості, яка шукає визнання.

+4 +3

Такі характеристики, як потреба в дії, емоційній залученості, у змінах, спілкуванні. Оптимістичність, емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подобатися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності посилюються такими властивостями, як активність позиції, висока мотивація досягнення, потреба у володінні життєвими благами, прагнення домінування, нормальна еротичність, безпосередність і розкутість поведінки, висока самооцінка, потреба в самореалізації, протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, риси стеничності та мужності, схильність до ризику. Непослідовність, свавілля, підвищене почуття авторитарності. Тенденція до самореалізації за підвищеної емотивності, схильності братися водночас за кілька справ.

+4 +5

Емоційна нестійкість, підвищена емотивність. Потреба у спілкуванні, емоційній залученості, у змінах, визнанні. Оптимістичність, емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подобатися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності – усе це посилюється ірреальністю домагань, рисами емоційної незрілості, труднощами соціальної адаптації. Художній склад мислення, елементи артистизму в поведінці, потреба в сильних переживаннях, багата уява, підвищена чутливість, уразливість, мрійливість. Схильність до вибору занять у сфері мистецтва й уникнення рамок режимних видів діяльності і формальностей.

+4 +6

Реакція емоційної нестійкості в ситуації перевтоми або втрати звичного життєвого стереотипу. Потреба у спілкуванні, емоційній залученості, у змінах посилена через ситуацію, в якій відчувається загальний дискомфорт і почуття приниження. Оптимістичність, емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подобатися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошук визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться.

Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності. Стан емоційної напруженості, фізична втома, дискомфорт. Емоційна нестійкість посилюється нездужанням, побоюваннями за своє здоров'я, тривожними відчуттями небезпеки, що насувається. Потреба у звільненні від проблем. Витіснення психологічних причин і соматизація конфлікту. Напруженість фізіологічних потреб.

+4 +7

У силу неприйнятних обставин, що викликають протест і негативізм, різко посилені такі властивості особистості, як потреба у спілкуванні, емоційній залученості, у змінах, пошуку визнання. Оптимістичність, емоційна нестійкість, легке вживання в різні соціальні ролі, демонстративність, потреба подотися оточенню, залежність від середовищних впливів, пошуки визнання і прагнення до причетності в міжособистісній взаємодії. Тенденція до уникнення відповідальності. У виборі виду діяльності найбільше значення надається тому, аби задовольняв сам процес діяльності. Будь-які формальні рамки затісні й погано переносяться. Виражене емоційне переключення без глибини переживань і мінливість у прихильностях. Безпосередність почуттів, пристрасть до забав, ігрового компонента в діяльності. Виражена емоційна напруженість. Прагнення втекти від проблем і відповідальності натрапляє на серйозну перешкоду, що викликає почуття протесту. Безпосередність вчинків і висловлювань може бути поспішною і випереджати їх продуманість. Активні пошуки виходу із ситуації надмірно квапливі, непослідовні, непланомірні.

+5

Нестійкість, труднощі соціальної адаптації, емоційність і суб'єктивність пристрастей превалює над розсудливістю. Нешаблонний, самобутній підхід до вирішення проблем, оригінальність мислення, багата уява, брак практицизму, реалістичності. Індивідуалістичність, що створює труднощі у спробах зав'язування контактів. Уразливість, сензитивність. Важко виробляються навички загальноприйнятих норм поведінки. Тонка нюансованість почуттів, своєрідність інтересів, суджень.

+5 +0

Труднощі соціальної адаптації в особистості своєрідної, вибіркової в контактах, відірваної від реальності повсякденного життя. Пасивно-споглядальна позиція, ірраціональний спосіб захисту від стресу та міжособистісних конфліктів. Потреба у відстоюванні свого індивідуального стилю шляхом пасивного опору і поринанням у світ ідеальних суб'єктивних уявлень і переживань, у світ фантазій і мрії.

+5 +1

Нестійкість, труднощі соціальної адаптації, емоційність і суб'єктивність пристрастей превалює над розсудливістю. Нешаблонний, самобутній підхід до вирішення проблем, оригінальність мислення, багата уява, брак практицизму, реалістичності. Індивідуалістичність, що створює труднощі у спробах зав'язування контактів. Уразливість, сензитивність. Важко виробляються

навички загальноприйнятих норм поведінки. Тонка нюансованість почуттів, своєрідність інтересів, суджень поєднується з такими особливостями, як потреба в міцній і глибокій прихильності, емоційному комфорті й захисті від зовнішніх впливів. Дружелюбність, конформність установок. Потреба в розумінні, любові та підтримці є провідною і тому найуразливішою мішенню. Замкнутість, вибірковість у контактах, аналітичний склад розуму, вдумливий підхід до вирішення проблем, інертність у прийнятті рішень. Гальмівні риси, переважає прагнення до спокою, самотності, сплески активності швидко змінює фаза пасивності. Естетична орієнтованість, відхід від життєвих проблем у світ мистецтва, поезії, світ фантазій.

+5 +2

Труднощі соціальної адаптації. Підвищена образливість. Труднощі міжособистісних стосунків, змішаний тип реагування, сензитивність до критичних зауважень із боку оточення, недовірливість. Кмітливий склад розуму, нешаблонність рішень поєднується з тенденцією до систематизації, ірраціональність почуттів із тверезістю суджень. Підозрілість, підвищене почуття справедливості, прагнення наполягти на своєму. Потреба у визнанні свого авторитету в очах оточення. Планомірність дій поєднується з обережністю і чутливою реакцією на зміни в ситуації. Сприйнятливість до естетики.

+5 +3

Труднощі соціальної адаптації через підвищену сензитивність і виражену індивідуалістичність. Нестійкість мотиваційної спрямованості. Підвищена емотивність, потреба в самореалізації за недостатньо розвинутого контролю. Екзальтованість. Нешаблонний підхід до вирішення проблем, схильність до розширення сфери інтересів, захопленість. Прагнення привернути увагу оточення, високий рівень домагань, вибірковість у контактах, своєрідність інтересів. У жорстко регламентованій ситуації і в контактах з людьми категоричність і нетерпимість ускладнюють адаптацію.

+5 +4

Труднощі соціальної адаптації через підвищену чутливість і виражений індивідуалізм. Виражена емоційна нестійкість, швидке переключення уваги, легке вживання в різні соціальні ролі. Артистизм, екзальтованість, ірраціональність домагань. Високий, але нестійкий рівень самооцінки, на яку впливає думка оточення, звідси підвищена потреба у визнанні, елементи демонстративності. Розвинута уява, багата фантазія, художній стиль сприйняття. Риса емоційної незрілості. Сприятливе підґрунтя для розвитку творчої обдарованості.

+5 +6

Стан тривожний, нестійкий, загострена чутливість до середовищних впливів, труднощі адаптації, пов'язані з індивідуальною своєрідністю і певним ідеалізмом. Виражена вибірковість щодо життєвих цінностей, у контактах із людьми. Звужена зона життєвого комфорту: потреба у сприятливих умовах,

примхливість смаку. Підвищена помисливість, хвороблива зосередженість на своїх відчуттях, схильність до страхів.

+5 +7

Протестно-іраціональна негативна реакція на ситуацію. Емоційна напруженість, труднощі адаптації, відчуття невдоволеності через обставини, що суб'єктивно оцінюються як нав'язані й небажані. Потреба у збереженні власного стилю самореалізації фрустрована, способи вирішення проблем мають іраціональний характер, однак вчинки й висловлювання не стільки агресивні, скільки своєрідні. Відчуття дисонансу з оточенням, неетичності того, що відбувається навколо. Зіткнення ідеальних уявлень із грубою реальністю.

+6

Незадоволеність потреби у фізіологічному комфорті, підвищена тривожність, емоційна напруженість із тенденцією до біологізації тривоги (погане самопочуття). Побоювання, пов'язані з нездужанням, утомою, перенапруженням. Потреба у відпочинку, відновленні сил.

+6 +0

Виражена потреба у відпочинку, стан тривоги, неспокій, переживання конфлікту, втома, перенапруження. Тривожні побоювання за своє здоров'я. Проблеми суб'єктивно переживаються як такі, що важко перебороти. Страх перед майбутнім. Потреба в розумінні й захисті від стресів, у спокої і розслабленні. Підвищена чутливість до середовищних впливів. Прагнення звільнитися від надмірної й обтяжливої відповідальності, зниження соціальної активності. Страх перед небезпекою і труднощами, що насуваються.

+6 +1

Потреба позбутися втоми й конфліктів. Підвищена тривожність, страх самотності. Потреба в допомозі, розумінні, теплих взаєминах і підтримці. Фізична перевтома, погіршення самопочуття. Надмірний самоконтроль, гіперсоціальність установок, орієнтація на загальноприйняті норми поведінки як захист від конфліктів з оточенням. Залежність від об'єкта аффіліативної прихильності. Затиснутість, відсутність спонтанності вчинків і висловлювань. Підвищені вимоги до себе й оточення в питаннях моралі.

+6 +2

Проблема стримуваної дратівливості. Схильність до фізіологічних розладів. Підвищена стомлюваність, перенапруження контролюючих систем. Потреба у розслабленні й відпочинку, звільненні від напружених стосунків, що переживаються як ворожий настрій оточення, недобррозичливість з його боку. Великі зусилля витрачаються на стримування власних емоцій роздратування й образи. Дратує відсутність звичного стереотипу.

+6 +3

Напруженість фізіологічних потреб, незадоволена чуттєвість. Проблема стримування спонтанної (безпосередньої) самоактуалізації, власної авторитарності для уникнення наростання конфлікту і для збереження об'єкта прихильності. Підвищена нервозність, невпевненість у собі.

+6 +4

Стан емоційної напруженості, нестійкість фону настрою, підвищена тривожність. Прагнення уникнути складностей, позбутися гнітючого почуття відповідальності. Потреба в обмеженні кола обов'язків, страх перед труднощами, побоювання за своє здоров'я, потреба в розслабленні й відпочинку, зручній та комфортній обстановці.

+6 +5

Напруженість фізіологічних потреб, незадоволеність, дискомфорт. Виражена вибірковість у питаннях уподобань, потреба в особливих умовах, розбірливість, примхливість вибору. Труднощі адаптації до нових умов. Підвищена чутливість до середовищних впливів.

+6 +7

Емоційна напруженість, фізіологічний дискомфорт, потреба у спокої. Ситуація сприймається як така, що важко розв'язується. Гіркота розчарування, незадоволення собою, надмірна самокритичність. Пасивний протест проти обставин, що склалися.

+7

Протестна реакція на ситуацію, що склалася. Відстоювання власної позиції. Суб'єктивна оцінка обставин, непримиренне ставлення до позиції оточення, нетерпимість до думки інших. Протидія зовнішньому тиску, середовищним впливам, протест проти долі.

+7 +0

Негативно-протестна реакція, напруженість, стрес. Песимістична оцінка ситуації. Опір зовнішнім обставинам, тиску середовищних впливів. Прагнення відстояти власну позицію обмеженням контактів, пасивною протидією. Аутичність, відхід від звичного кола контактів. Незадоволені провідні потреби.

+7 +1

Стан характеризується вираженою нестійкістю. Протестна реакція на обставини, що порушують спокій, ускладнюють самореалізацію особистості, не може повною мірою проявитись у поведінці та висловлюваннях через підключення контролю над емоціями. Вегето-емоційна нестійкість посилюється через блокування потреб. Дратівлива слабкість, функціональні порушення психосоматичного кола.

+7 +2

Протестна реакція у відповідь на переконаність у недоброзичливості значущого оточення або його спроби обмежити дії і самостійність обстежуваної особи. Наполегливість у відстоюванні власної думки і своєї незалежності. Зовнішньо-обвинувачувальний тип реагування. Акцентується риси недовірливості. Схильність до формування жорсткої суб'єктивної схеми конфліктних міжособистісних стосунків.

+7 +3

Протестна реакція на середовищні впливи з надмірною збудливістю. Підвищена імпульсивність. Схильність до несподіваних свавільних учинків у стані афекту. Можливі деструктивні агресивні тенденції.

+7 +4

Протестна реакція в ситуації вираженої емоційної напруженості. Негативізм стосовно середовищних впливів поєднується з емоційною нестійкістю, ірраціональними страхами. Потреба позбавлятися нестерпної ситуації може спровокувати необдумані імпульсивні висловлювання. Відчайдушні пошуки виходу із ситуації важко прогнозовані і можуть виявлятися в аутоагресивній (спрямованій на себе) формі та інших ірраціональних учинках на фоні зниженого інстинкту самозбереження.

+7 +5

Негативна реакція на ситуацію особистості своєрідної, орієнтованої лише на власну суб'єктивну думку. Ірреальні вимоги до життя, потреба в ідеалах, які не можуть бути втілені в реальність. Категоричність і незвичайність суджень, жорсткість позиції, неможливість будь-яких компромісів у стосунках з оточенням, переконаність у своїй винятковості, нехтування загальноприйнятими канонами. Схильність до ірраціональних рішень. Прояви соціальної дезадаптації.

+7 +6

Стан вираженої соціально-психологічної дезадаптації. Відчуття розчарування, дисонансу між ідеальними уявленнями і грубою реальністю. Потреба у стані спокою і розслабленні, звільненні від стресу. Неприйняття ситуації, протест, непримиренність. Перенапруження фізичне й душевне. Тривожна і хвороблива оцінка свого самопочуття.

x0 x1

Пасивність у цей момент пов'язана з обставинами, які ускладнюють зав'язування стосунків, що взаємно задовольняють.

x0 x2

Незважаючи на складність ситуації, наполегливі спроби досягнення цілей. Дії планомірні, продумані, обережні.

x0 x3

Мотивація досягнення блокована перешкодами і труднощами. Напруженість контролюючих, спонтанність гальмівних механізмів виявляється через підвищену тривожність і дратівливість.

x0 x4

Нестійкість стану, що заважає цілеспрямованості поведінки, створює емоційну напруженість.

x0 x5

Пасивність і обережність заважають гармонізації стосунків, яким надається ідеальне забарвлення.

x0 x6

Пасивність, залежність від значущого оточення, відчуття приниження. Потреба в більшій безпеці, теплих взаєминах, у звільненні від проблем.

x0 x7

Стан стресу через ситуацію, що склалася. Труднощі самореалізації, обмеження незалежності, свободи вибору рішень. Прагнення позбутися перешкод.

x1

Виражений контроль над проявами почуттів і вчинків, розкутість у вузькому колі близьких контактів.

x1 x0

Дружелюбність і конформність, контрольованість почуттів і вчинків, вибірковість у контактах, необхідність у спокійній обстановці.

x1 x2

Упорядкованість, методичність і самостійність дій. Потреба у співчутті й розумінні, самоповазі і повазі з боку значущого оточення.

x1 x3

Схильність до плідної співпраці без претензій на провідну позицію. Уміння згладжувати конфлікти, стримувати власні безпосередні реакції. Хороший самоконтроль за достатньої активності.

x1 x4

Схильність до середовищних впливів, потреба в причетності. Прагнення вживатися в різні соціальні ролі. Коливання настрою залежно від ступеня прийняття оточенням, успішності своїх дій.

x1 x5

Сензитивність, естетична орієнтованість, потреба в гармонійних стосунках, теплій прихильності.

x1 x6

Потреба в уникненні зайвих зусиль, у затишку, безпеці і теплих стосунках. Необхідний спокій і захищеність.

x1 x7

Нестійкість. Усвідомлений контроль над спонтанними реакціями створює певну напруженість. Невпевненість у собі, пов'язані з цим підвищена чутливість і хворобливе відчуття ураженого самолюбства роблять поведінку нерівною.

x2

Поведінка наполеглива, вимоглива; наполегливість у досягненні цілей, відстоювання своїх позицій.

x2 x0

Оборонна реакція через відчуття загрози, труднощі в реалізації своїх планів. Тривожні побоювання підсилюють рішучість довести справу до кінця.

x2 x1

Акуратність, методичність і самостійність у діяльності. Потреба в самоповазі і повазі з боку значущого оточення.

x2 x3

Актуалізація лідерських тенденцій, наполегливість у подоланні труднощів, напруженість і почуття суперництва.

x2 x4

Обставини сприяють нестійкості самооцінки і вимагають поведінки, необхідної для самоствердження. Прагнення підвищити свою значущість в очах оточення.

x2 x5

Прагнення подолати упередження і недоброзичливість оточення; настороженість і недовірливість у взаєминах через тенденцію до перебільшення значущості думки оточення. Сензитивність до критичних зауважень. Упертість і свавілля, що зводяться у принцип. Кмітливість і багатство фантазії.

x2 x6

Дратівливість, помисливість стосовно висловлювань оточення на свою адресу, упертість у поєднанні з уразливістю. Проблема ураженого самолюбства і порушеної рівноваги у стосунках з оточенням.

x2 x7

Наполегливість у відстоюванні своєї позиції, брак схильності до компромісів, упертість і непоступливість.

x3

Активність у досягненні поставленої мети, однак досягнуте значною мірою знецінюється з наближенням до бажаної мети і стає шкода витрачених зусиль.

x3 x0

Підвищена імпульсивність, дратівливість. Стан, близький до стресу. Активність не вирішує проблеми і посилює конфлікт.

x3 x1

Висока активність успішно контролюється свідомістю. Зовнішня збалансованість дається ціною певного напруження і може бути ґрунтом для розвитку соматичних дисфункцій.

x3 x2

Активність у подоланні труднощів, домінантність у стосунках з оточенням, прагнення провідної позиції, запальність у конфліктних ситуаціях.

x3 x4

Товариськість, мінливість у прихильності, легке переключення на інші види діяльності, що може призвести до поверховості. Схильність до середовищних впливів, чутливість до змін мікроклімату в соціумі.

x3 x5

Прагнення незалежної позиції, оригінальність суджень, своєрідність інтересів, захопленість, потреба в “особливих” переживаннях і стосунках, яким віддається перевага перед конкретними реальними цілями.

x3 x6

Небажання виявляти заповзятливість і практицизм, прагнення безпеки й комфорту, відсутність вираженого честолюбства.

x3 x7

Самореалізація і досягнення мети ускладнені через істотні перешкоди, що посилює стенічність.

x4

Оптимістичний настрій, прагнення яскравих вражень, пошук змін і новизни, пригод і яскравих переживань.

x4 x0

Труднощі з вибором шляху розв'язання проблем, певна напруженість, причини якої не усвідомлюються.

x4 x1

Піддатливість впливу оточення, мінливість настрою залежно від реакцій людей, які перебувають поруч. Прагнення до встановлення дружніх контактів. Самооцінка залежить від успіху і думки значущого оточення.

x4 x2

Актуальність надії на підвищення соціального статусу і матеріальної забезпеченості.

x4 x3

Активність, що переходить у поспішливість. Дратівливість, спричинена повільним перебігом подій. Мінливість і брак цілеспрямованої наполегливості в досягненні цілей.

x4 x5

Багата уява, яскравість почуттів, потреба в незвичайних пригодах, цікавих знайомствах, подіях, що викликають зацікавленість і ентузіазм.

x4 x6

Нестійкість, невпевненість у собі, боязкість, тривожні побоювання через нездоланність існуючих проблем; справжня причина конфлікту – внутрішня – не усвідомлюється.

x4 x7

Активні, але недостатньо цілеспрямовані пошуки розв'язання конфліктної ситуації, витоки якої не цілком усвідомлені. Надлишкова емотивність заважає розсудливо підійти до проблеми. Вчинки позбавлені планомірності і продуманості, рішення можуть бути необачними, ірраціональними.

x5

Своєрідність самореалізації, індивідуальний стиль вирішення проблем, труднощі адаптації, пов'язані з індивідуалістичністю; непересічний підхід до вирішення проблем. Потреба в певній соціальній ніші і тонкому розумінні з боку оточення. Сензитивність до середовищних впливів.

x5 x0

Тривожна настороженість, пасивне вичікування, відхід від конфліктів і нерозуміння оточення у світ внутрішніх переживань, мрій і фантазій, утеча від повсякденності, прагнення бути собою, зберегти індивідуальність. Вибірковість у контактах.

x5 x1

Потреба в теплих взаєминах, любові й розумінні. Сентиментальність, ідеалізація об'єкта прихильності, естетична орієнтованість. Сором'язливість, уникнення життєвих проблем і поринання у світ мистецтва і теплих міжособистісних стосунків.

x5 x2

Недовірливість, переживання почуття образи, прагнення поліпшити враження про себе в очах значущого оточення. Сензитивність щодо критичних зауважень на свою адресу. Ірраціональні способи протидії недоброзичливості оточення. Схильність перебільшувати вороже ставлення людей до себе. Винахідливість і багатство фантазії. Прагнення зміцнити свою позицію.

x5 x3

Експансивність висловлювань і поведінки, емоційна залученість, прагнення до переживання сильних відчуттів. Оригінальність і творчий підхід у рішеннях. Наполегливість у відстоюванні власної індивідуальності, що трохи ускладнює адаптацію.

x5 x4

Прагнення до незалежності позиції, оригінальність суджень, своєрідність інтересів. Потреба в “особливих” переживаннях і стосунках, яким віддається перевага перед конкретними й реальними цілями.

x5 x6

Загострена чутливість до середовищних впливів. Звужена зона життєвого комфорту. Потреба в диференційованому підході. Вибірковість, примхливість, прагнення задовольнити свої вибагливі смаки.

x5 x7

Категоричність і суб'єктивізм суджень в оцінюванні ситуації, наполегливість у нереальних вимогах. Безкомпромісність у відстоюванні своєрідних переконань. Відчуття нерозуміння з боку оточення, самотності.

x6

Відчуття тривоги і невпевненості, фізичного перенапруження. Страхи, загострена помисливість, дискомфорт, потреба у відпочинку й розслабленні.

x6 x0

Пасивність, залежність від значущого оточення, відчуття приниження. Потреба в більшій безпеці, теплих взаєминах, звільненні від проблем.

x6 x1

Потреба в уникненні зайвих зусиль, у затишку, безпеці й теплих стосунках. Необхідний спокій і захищеність.

x6 x2

Дратівливість, помисливість стосовно висловлювань оточення на свою адресу, упертість у поєднанні з уразливістю. Проблема ураженого самолюбства і порушеної рівноваги у стосунках з оточенням.

x6 x3

Відчуття надлишку труднощів і марність подальших зусиль. Прагнення безпеки й комфорту. Відмова від реалізації честолюбних планів ціною втрати спокою.

x6 x4

Нестійкість стану, невпевненість у собі, боязкість, тривожне відчуття нездоланності перешкод. Прагнення стійкого стану, затишку та спокою за рахунок активності інших осіб, без власних зусиль.

x6 x5

Загострена чутливість до середовищних впливів. Звужена зона життєвого комфорту. Потреба в індивідуалізованому і дбайливому підході. Вибірковість, примхливість, прагнення задовольнити свої вибагливі смаки.

x6 x7

Емоційне й фізичне перенапруження, тенденція до самознищення, почуття приниження. Потреба у спокої і допомозі.

x7

Конфлікт або невдоволеність ситуацією.

x7 x0

Протидія ситуації, що склалася, песимістичний настрій, прагнення звільнитися від напруженості, відстояти власну позицію обмеженням контактів.

x7 x1

Нестійкість стану, дратівливість у відповідь на ситуацію, що порушує спокій і утруднює контакти. Чутливість до середовищних впливів; потреба в розумінні, ускладнена вираженою вибірковістю в міжособистісних контактах, уразливістю.

x7 x2

Уперте відстоювання своєї думки, непоступливість, категоричність у відстоюванні власної незалежності, упевненість у своїй правоті. Зовнішньо-обвинувачувальна реакція на несприятливу ситуацію.

x7 x3

Самореалізація та дії, спрямовані на досягнення мети, ускладнені через істотні перешкоди, що викликає посилення стеничних реакцій.

x7 x4

Активність має недостатньо цілеспрямований характер, що ускладнює розв'язання конфліктної ситуації, джерела якої не повністю усвідомлюються. Надлишкова емотивність заважає розумовому оволодінню ситуацією. Учинки позбавлені планомірності і продуманості, рішення можуть бути необачними, ірраціональними.

x7 x5

Суб'єктивізм і категоричність в оцінюванні ситуації, непоступливість у відстоюванні своєї незалежності, своєрідних переконань. Відчуття нерозуміння з боку оточення, самотності.

x7 x6

Емоційне і фізичне перенапруження, почуття приниження. Потреба у спокої і допомозі.

= 0

Певна напруженість у контактах з оточенням, прагнення уникнути конфлікту та зайвих хвилювань.

= 0 = 1

Вибірковість у контактах, відособленість, прагнення уникати глибоких уподобань, аби не відчувати розчарування. Зосередженість на своїх проблемах.

= 0 = 2

Настороженість, вичікувальна позиція, спроба примиритися з існуючою ситуацією і знайти в ній нові можливості.

= 0 = 3

Тривожні побоювання, вимушена стриманість, контроль над поведінкою, прагнення до уникнення конфлікту.

= 0 = 4

Аби уникнути конфліктів, виявляється тенденція до стримування безпосередніх реакцій і яскравих емоційних сплесків, які дозволені лише в контактах вузького кола.

= 0 = 5

Підвищена вразливість, пов'язана з егоцентричністю.

= 0 = 6

Потреба в більшій емоційній залученості, еротичність.

= 0 = 7

Вимушена необхідність піти на компроміс заради збереження добрих стосунків з оточенням.

= 1

Потреба в теплих контактах не є актуальною.

= 1 = 0

Потреба в емоційній залученості, що має поверховий характер.

= 1 = 2

Незадоволена потреба в самоповазі і повазі з боку значущого оточення. Напруженість у взаєминах із близькими людьми.

= 1 = 3

Труднощі в досягненні співробітництва та гармонійних стосунків.

= 1 = 4

Труднощі у спробі контролювати підвищену емотивність, недостатньо враховуються ситуація і думка оточення.

= 1 = 5

Труднощі в міжособистісних контактах через підвищену вразливість і зосередженість на своїх проблемах.

= 1 = 6

Сором'язливість і пасивність, що утруднюють чуттєву розкутість.

= 1 = 7

Поступливість і пасивність, що заважають зберегти емоційну прихильність.

= 2

Поступливість. Самолюбне відстоювання своїх позицій у цей момент не актуальне, оборонні тенденції пом'якшені довірою до оточення.

= 2 = 0

Тенденція приховати свою невпевненість і прагнення до уникнення конфліктів.

= 2 = 1

Поступливість, обумовлена тим, що прояв завзятості за обставин, що склалися, є недоречним. Напруженість у контактах вузького кола.

= 2 = 3

Прагнення до збереження миролюбних стосунків з оточенням, незважаючи на внутрішній протест.

= 2 = 4

Незважаючи на труднощі й перешкоди, гнучкість позиції сприяє цілеспрямованості дій.

= 2 = 5

Ретельно прихована образливість, прагнення зайняти гнучку й поступливу позицію.

= 2 = 6

Прагнення примиритися з труднощами і знайти оптимальну зону комфорту.

= 2 = 7

Стриманість в емоційних проявах, відмова від своїх домагань, поступливість, обумовлена обставинами, що склалися.

= 3

Потреба в розслабленні, спокої у зв'язку з попередньою надмірною активністю. Дратівлива слабкість.

= 3 = 0

Відчуття нездоланності перешкод, що викликає потребу у спокої.

= 3 = 1

Труднощі досягнення гармонійних стосунків з оточенням створюють відчуття ізольованості, дістресу.

= 3 = 2

Перешкоди і труднощі викликають почуття нещастя і змушують змиритися з ситуацією.

= 3 = 4

Потреба в підтримці та схваленні, спокійній обстановці, що дозволило б розширити сферу контактів і сподіватися на краще в майбутньому.

= 3 = 5

Егоцентрична зосередженість на своїх неприємностях та образах.

= 3 = 6

Пошуки виходу зі складної ситуації. Задоволеність фізіологічних потреб.

= 3 = 7

Ситуація змушує до стриманості і придушення швидкоплинних потреб.

= 4

Потреба в підбадьоренні та заохоченні, аби зберегти надії на поліпшення ситуації в майбутньому. Обережність у міжособистісних контактах для уникнення розчарувань.

= 4 = 0

Потреба в спілкуванні за вираженої вибірковості в міжособистісних контактах. Невпевненість у собі і прагнення до уникнення конфліктів.

= 4 = 1

Вибірковість у міжособистісних контактах, особливо – близьких, інтимних. Дисонанс між ідеалом і реальністю розчаровує.

= 4 = 2

Наполегливість у досягненні цілей, раціоналізація, гнучкість позиції незважаючи на невдачі і труднощі, що суб'єктивно переживаються як надлишкові.

= 4 = 3

Потреба у спокої і підбадьоренні, аби позбутися суб'єктивного переживання невдоволеності; це пов'язано з острахом перед новими труднощами, що заважають реалізації власних намірів і розширенню сфери діяльності.

= 4 = 5

Переконання в реалістичності своїх надій, потреба в підбадьоренні і підтримці. Уразливість і зосередженість на своїх проблемах.

= 4 = 6

Виражена вибірковість у міжособистісних контактах, особливо у сфері близьких, інтимних стосунків. Ірреальність домагань.

= 4 = 7

Переконання і впертість у відстоюванні своїх намірів, незважаючи на протидію зовнішніх обставин. Нетерпимість до слабкостей інших у міжособистісних контактах вузького кола.

= 5

Прагнення не виявити свою сентиментальність і вразливість; егоцентрична зосередженість на власних проблемах.

= 5 = 0

Відчуття ізольованості і самотності. Потреба в яскравих емоційних переживаннях, егоцентрична зосередженість на своїх проблемах, образливість.

= 5 = 1

Відчуття ізольованості й самотності. Потреба в яскравих емоційних переживаннях, егоцентрична зосередженість на своїх проблемах, уразливість.

= 5 = 2

Стриманість, за якою криються образа і невдоволення. Захисний механізм раціоналізації зменшує напруженість.

= 5 = 3

Егоцентрична образливість, відчуття ізольованості й нерозуміння з боку оточення, відчуття браку підтримки.

= 5 = 4

Егоцентрична образливість; переконаність у тому, що надії і задуми можливо здійснити, потреба у підтримці та підбадьоренні.

= 5 = 6

Егоцентрична образливість, емоційна стриманість. Фізіологічні потреби в зоні комфорту.

= 5 = 7

Почуття підмінюються міркуваннями.

= 6

Фізіологічні потреби в зоні комфорту.

= 6 = 0

Прагнення безконфліктного спілкування і фізіологічного комфорту.

= 6 = 1

Труднощі в міжособистісних контактах вузького кола, фізіологічні потреби в зоні комфорту.

= 6 = 2

Захисний механізм раціоналізації задіяний через невдоволення своєю соціальною позицією. Фізіологічні потреби в зоні комфорту.

= 6 = 3

Блокована потреба в самореалізації та досягненні мети, прагнення захистити себе від додаткових хвилювань. Фізіологічні потреби в зоні комфорту, але не забарвлені позитивними переживаннями.

= 6 = 4

Виражена розбірливість і вибірковість у міжособистісних контактах. Нереальні вимоги до об'єкта потягу.

= 6 = 5

Егоцентрична образливість. Емоційна стриманість. Фізіологічна сфера не блокована.

= 6 = 7

Вимушена поступливість. Фізіологічні потреби в зоні відносного комфорту.

= 7

Труднощі змушують виявити поступливість і тимчасово відмовитися від реалізації своїх намірів.

= 7 = 0

Для збереження соціальних зв'язків і теплих взаємин виявляється поступливість.

= 7 = 1

Емоційна загальмованість. Стриманість у домаганнях і надіях, вимушена відмова від реалізації деяких потреб.

= 7 = 2

У зв'язку з обставинами, що обмежують свободу дій, вимушена відмова від реалізації намірів і наполегливості у відстоюванні своєї позиції.

= 7 = 3

Через обставини, що обмежують свободу дій, вимушена відмова від самореалізації.

= 7 = 4

Переконаність у реальності своїх планів і наполегливість у їх досягненні, незважаючи на тиск обставин, що змушують іти на компромісні рішення. Надлишкова критичність в оцінюванні осіб найближчого оточення.

= 7 = 5

Складність ситуації спотворює безпосередність почуттів, підміняючи їх інтелектуальною переробкою, тенденцією до міркувань.

= 7 = 6

Вимушена установка на компромісну поведінку; тимчасова відмова від реалізації деяких намірів. Фізіологічні потреби не блоковані.

-0

Виражена товариськість, активність, спрямованість у світ навколишніх явищ життя.

-0A

Мається на увазі колірний ряд, у якому 0-й колір позначається як "Тривога" за наявності на перших позиціях ахроматичних або змішаних кольорів (6, 7), або якщо перед 0 стоїть один із яскравих еталонів.

-0-1

Відмова від розслаблення і поступок, прагнення зберегти активність, опанувати емоції. Немає можливості реалізувати потребу в любові, розумінні, дружніх стосунках; неспокійна невдоволеність, пов'язана з усвідомленням своєї залежності від об'єкта прихильності. Дратівливість і труднощі концентрації уваги.

-0-2

Бракує можливості для реалізації потреби у відстоюванні своєї позиції і права на повагу. Протидія середовищному тиску викликала перенапруження.

-0-3

Болісно переживається відсутність можливості реалізувати потребу в самореалізації та досягненні бажаних цілей, що є підґрунтям для гнівних спалахів, невротизації, психосоматичних розладів (кардіалгії). Відчуття безсилля перед існуючими перешкодами. Почуття страху, нервового виснаження, неспокійна дратівливість.

-0-4

Стан стресу через блокування безпосередньої поведінки, неможливість реалізувати потребу в радісному спілкуванні, безтурботному існуванні. Невпевненість, тривожна настороженість. Болісно переживається незадоволене марнославство, потреба подібатися оточенню. Відмова від компромісів, завзятість в ірреальних домаганнях.

-0-5

Стрес, контрольований тонкістю суджень і контролем розуму над емоціями. Тенденція до зайвої довірливості як захисний механізм викликає підвищену вимогливість до щирості оточення, особливо в контактах вузького кола. Контрольована сензитивність.

-0-6 A

Придушення фізіологічних потреб. Незадоволена потреба у стосунках, повних взаєморозуміння, із тенденцією зберегти свою перевагу.

-0-7 A

Підвищена чутливість до зовнішніх подразників. Потреба в подоланні обмежень, у тому числі дистанції, що відокремлює від оточення; прагнення самостійності у прийнятті рішень.

-1

Прагнення впоратись із пригніченістю, опанувати себе, зберігаючи активність. Блокована потреба в теплих міжособистісних стосунках, залежність від об'єкта глибокої прихильності. Занепокоєння і дратівлива нестриманість можуть вплинути на концентрацію уваги. Неспокійна невдоволеність.

-1-0

Нетерплячість, занепокоєння, пригніченість. Блокована потреба в теплих взаєминах і любові; прагнення уникнути стосунків, які зобов'язують до відповідальності. Нестійкість стану, неспокійні спроби змінити ситуацію, що може відбитися на концентрації уваги, працездатності.

-1-2

Стрес, що послаблює волю і наполегливість. Прагнення позбавитися ситуації, що справляє надмірний тиск. Перенапруження від зусиль, спрямованих на подолання існуючих труднощів, сприймається як надмірне і марне. Проблеми у сфері значущих міжособистісних контактів.

-1-3

Почуття нещастя, викликане розладами у сфері значущих міжособистісних контактів. Гнівні реакції. Блокування сексуальної потреби або іншої значущої сфери самореалізації. Можливі кардіалгії. Безпорадність із проявами дратівливості. Порушено баланс між тенденцією до активності і контролем.

-1-4

Стан стресу, переживання розчарування. Суперечливе поєднання різноспрямованих тенденцій: прагнення звільнитися від обтяжливих стосунків і страх втратити об'єкт прихильності.

-1-5

Болісно переживається неможливість реалізувати потребу в любові і теплих взаєминах; прагнення позбутися гнітючого стану, нетерплячість; потреба в розумінні і доброзичливих стосунках незадоволена. Напруженість викликає відчуття роздратування, нерозуміння з боку значущого оточення.

-1-6

Стрес, виражена невдоволеність, що викликана почуттям приниження і виявляється через обмежувальну поведінку. Залежність позиції, невпевненість, підвищена чутливість до середовищних впливів. Виражений контроль розглядається як єдина гарантія самоствердження і відстоювання своїх позицій. Основні проблеми: брак визнання і підвищений самоконтроль.

-1-7

Стрес. Блокована потреба в незалежності. Ситуація викликає незадоволення. Підвищений самоконтроль допомагає приховати свою вразливість. Стосунки, що склалися, надзвичайно складні, проте потреба у свободі дій поєднується з побоюваннями розриву контактів, які створюють атмосферу доброзичливості та співробітництва. Неспокій, що порушує продуктивну концентрацію уваги.

-2

Пригнічена здатність до відстоювання своєї позиції. Невдоволеність своїм соціальним статусом, твереза, розумова оцінка того, що відбувається, однак ослаблення волі заважає змінити ситуацію. Небажання зробити щонебудь.

-2-0

Блокована потреба у відстоюванні своїх позицій. Здатність до опору протидіючим зовнішнім чинникам вичерпана, проте установка на досягнення цілей залишається стійкою. Суб'єктивне ставлення до ситуації заважає оцінити її тверезо, що створює внутрішній конфлікт між ригідністю установки і невирішеністю проблеми.

-2-1

Блокована потреба в позитивній самооцінці і повазі з боку референтної групи. Протидія середовища сприймається вороже. Відчуття втрати волі і життєстійкості, потреба звільнитися від такої ситуації. Стрес і розлад міжособистісних стосунків.

-2-3

Стан гнівливої дратівливості через суб'єктивне відчуття ворожості оточення, високий рівень невротизації, можливі кардіалгії. Тиск зовнішніх обставин сприймається як нестерпний, вимоги – як нерозумні. Відчуття власного безсилля перед несправедливістю.

-2-4

Стрес, викликаний конфліктом між надією і необхідністю (бажаннями і реальністю), через стан вираженого розчарування. Тривожна невпевненість підсилює прагнення уникнути відповідальних рішень, переключитися на незначні, але на такі заняття, що відволікають від проблем. Нерішучість, спричинена розчаруванням.

-2-5

Немає можливості реалізувати потребу в повазі й розумінні. Суб'єктивне переживання приниження, бракує довіри і прихильності до себе, через це страждає самоповага. Без підтримки і визнання важко прийняти необхідне рішення і позбутися ситуації, що принижує гідність.

-2-6

Емоційне напруження пов'язане з перенапруженням надлишкового самоконтролю, що використовується як інструмент для завоювання прихильності і поваги інших. Незважаючи на брак визнання, ригідною зберігається установка на виключність своєї позиції. Бажання позбутися

неприємної ситуації не може бути приводом для компромісних рішень. Завзятість у домаганнях усупереч сумній реальності.

–2–7

Блокована потреба в незалежності. Прагнення звільнитися від обмежень. У протидії сильному тиску зовнішніх обставин бракує цілеспрямованості.

–3

Блокована потреба в самореалізації та досягненні цілей, що викликала збудження. Підвищена дратівливість, гнівні реакції, неврастенічні прояви (кардіалгії). Відчуття навислої загрози. Почуття власного безсилля і перевтоми перед перешкодами на шляху до реалізації власних намірів.

–3–0

Проблема стримування протидії обставинам, викликаного блокуванням потреби в самореалізації і досягненні цілей. Прагнення до стримування гіпертимних реакцій. Нетерплячість і дратівливість. Емоційне напруження може виявитися психосоматичним варіантом дезадаптації (гіпертонія, кардіалгія). Страх втрат, суб'єктивізм в оцінці ситуації. Безсилля перед перешкодами на шляху до реалізації власних намірів.

–3–1

Пригнічена протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості й досягненню мети. Нездатність до релаксації. Нетерплячість, дратівливість. Суперечність між різноспрямованими тенденціями (високою спонтанністю і підвищеним самоконтролем) призводить до надмірної емоційної напруженості. Фізіологічний варіант дезадаптації (гіпертонія, кардіалгія). Порушена гармонія у сфері значущих міжособистісних стосунків. Почуття нещастя, відчуття безсилля щось виправити, налагодити.

–3–2

Виражений стрес через блокування самореалізації. Бракує можливості реалізувати потребу досягнення успіху, утрачена провідна позиція в ситуації, що склалася. Проблема ураженого самолюбства, невдоволення своїм соціальним статусом. Відчуття власного безсилля перед перешкодами, що суб'єктивно сприймаються як нездоланні, і ворожістю оточення. Виражене загальне перенапруження з тенденцією до функціональних порушень у серцево-судинній системі. Обурення і безпорадність, які можуть компенсуватися за рахунок переважних установок (див. перші рядки інтерпретації).

–3–4

Стрес, що виявляється вираженою емоційною нестійкістю і тривогою, пов'язаний із розчаруванням. Захисний механізм – витіснення дійсних причин конфлікту. Прагнення зберегти добре враження про себе в колі значущих міжособистісних контактів. Високі домагання суперечать із неможливістю реалізації своїх намірів і сподівань. Почуття обманутої довіри, відчуття свого становища як жертви злої волі оточуючих людей. Своя частка провини в конфлікті перекладається на інших.

-3-5

Болісно переживається відсутність можливості реалізувати потребу у збереженні власної індивідуальності і соціальної ніші, що створює відчуття розуміння й безпеки. Стан крайньої розчарованості, невдоволення. Потреба у співчутті і відчуття власного безсилля.

-3-6

Напруженість, пов'язана з блокуванням фізіологічних потреб, надмірно обмежуваних. Ситуація, що склалась, обмежує почуття незалежності. Виражений самоконтроль у сфері чуттєвості призводить до ізоляції. Прагнення до завоювання визнання і поваги з боку значущого оточення. Невпевненість ускладнюється браком уваги до своєї персони.

-3-7

Стрес, викликаний розчаруваннями і перешкодами на шляху до реалізації своїх намірів. Протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, і роздратування поєднуються з невпевненістю. Потреба у свободі прийняття рішень, звільненні від обмежень. Фрустрована потреба в незалежності.

-4

Стрес, викликаний незадоволеною потребою в активній взаємодії з оточенням і в уникненні серйозної відповідальності. Почуття страху, пов'язане з побоюваннями втратити престижність власної позиції. Захисний механізм – витіснення дійсних причин конфлікту. Завищені вимоги до оточення, відсутність гнучкості та установки на розумний компроміс. Неспокій, дістрес, знижений фон настрою.

-4-0

Неспокійна напруженість. Незадоволена потреба в безпосередній самореалізації, активній взаємодії з оточенням без обтяжливої відповідальності. Витіснення істинних причин невдоволення. Переконавання в тому, що сподівання і бажання мають бути реалізовані самі собою, без власних зусиль. Потреба у визнанні й допомозі з боку оточення, почуття страху й невпевненості.

-4-1

Тривожний неспокій, що ґрунтується на внутрішньоконфліктному поєднанні різноспрямованих тенденцій: прагнення до безпосередньої самореалізації без обтяжливої відповідальності суперчливо поєднується з тенденцією до підвищеного самоконтролю. Коливання настрою, проблема ураженого самолюбства, незадоволення марнославства. Переживання порушення конгруентності стосунків зі значущим оточенням. Прагнення до придушення нестійкості емоційних проявів. Дістрес. Виражена схильність до середовищних впливів, залежність від реакції значущого оточення.

-4-2

Стан стресу, викликаний незадоволенням потреби у спонтанній самореалізації без обтяжливої відповідальності, суперечливо поєднується з ригідністю раціональних установок на утримання власних позицій. Конфлікт між радісною впевненістю в саморозв'язанні проблем і тверезою оцінкою

реально існуючої ситуації. Тривожна невпевненість, песимістичний фон настрою, труднощі у прийнятті рішень, бездіяльність.

-4-3

Блокована потреба в самореалізації, дістрес, тривожність і занепокоєння. Високий рівень домагань і потреба у визнанні натрапляють на протидію, що спричиняє невпевненість у можливості успіху. Витіснення справжніх причин конфлікту, прагнення перекласти відповідальність за ситуацію, що склалася, на інших. Схильність бачити себе в ролі жертви власної довірливості.

-4-5

Незадоволена потреба у спонтанній самореалізації без обтяжливої відповідальності і в збереженні власної індивідуальності. Стан характеризується відходом від міжособистісних контактів у світ власних переживань. Стриманість у прояві почуттів, недовірливість; ірреальність домагань маскується замкнутістю. Настороженість, сензитивність. Пригнічені творчі нахили; екзальтація почуттів під контролем.

-4-6

Незадоволена потреба у визнанні, занепокоєння, тривога, комплекс власної недосконалості маскується демонстративністю поведінки. Високий рівень домагань суперчливо поєднується з відчуттям власної ізольованості. Жага схвалення і успіху незадоволена. Стан характеризується переживанням почуття самотності і невпевненості, що криється за удаваною байдужістю, зневажливим ставленням до критики на свою адресу.

-4-7

Стрес, пов'язаний із блокуванням потреби в незалежності і спонтанній самореалізації. Напруженість, настороженість, наполеглива потреба позбутися будь-яких обмежень. Невпевненість у можливості поліпшення ситуації не знижує рівня домагань і не веде до компромісних рішень.

-5

Напруженість, пов'язана з тенденцією до стримування емоційних проявів. Виражена вибірковість у міжособистісних контактах, витонченість смаку і підвищена сензитивність до зовнішніх впливів диктує необхідність підвищеного самоконтролю. Підвищені вимоги до оточення як захист від власної надмірної довірливості.

-5-0

Нетерплячість і напруженість, висока мотивація досягнення поєднуються з відчуттям браку розуміння і співчуття з боку оточення. Насторожена критичність у міжособистісних стосунках. Підвищені вимоги до оточення як захист від власної надмірної довірливості.

-5-1

Невдоволеність через блокування аффіліативної потреби у сфері значущих міжособистісних контактів. Неспокійна невдоволеність, дратівливість і нетерплячість, що викликають труднощі концентрації уваги.

-5-2

Блокована потреба в повазі й розумінні. Суб'єктивне переживання приниження, відсутність довіри і прихильності до себе з боку значущого оточення. У зв'язку з цим страждає самоповага. Без підтримки й визнання важко прийняти необхідне рішення і позбутися ситуації, що принижує гідність.

-5-3

Бракує можливості реалізувати потребу у збереженні власної індивідуальності і тієї соціальної ніші, яка б створювала відчуття розуміння й безпеки. Можливі явища нервової перевтоми, кардіологічних функціональних порушень. Стан крайньої розчарованості, потреба у співчутті, відчуття власного безсилля у прагненні досягнення мети.

-5-4

Блокована потреба у спонтанній самореалізації без обтяжливої відповідальності і в збереженні власної індивідуальності. Стан характеризується відходом від міжособистісних контактів у світ власних переживань. Стриманість у прояві почуттів, недовірливість. Ирреальність домагань маскується замкнутістю. Настороженість, сензитивність. Пригнічені творчі нахили; екзальтація почуттів під контролем.

-5-6

Напруженість, викликана труднощами в міжособистісних контактах, що мають велику значущість. Високий рівень домагань призводить до розладу у стосунках. Обмежувальні тенденції виявляються як спосіб захисту сензитивної особистості, критичної, розбірливої, із незалежністю суджень. Вибірковість у контактах, інтелектуальна й естетична чутливість.

-5-7

Напруженість, викликана обмеженням власної незалежності зовнішніми впливами. Виражений суб'єктивізм в оцінці явищ навколишнього життя, вибірковість у міжособистісних контактах, категоричність і безкомпромісність у прийнятті самостійних рішень. Потреба в незалежності.

-6A

Ідеться про колірний ряд, у якому 6-й колір позначається як "Тривога" за наявності на перших позиціях ахроматичних або змішаних кольорів (-6, 0) або якщо перед 6-м стоїть один із яскравих еталонів.

Стрес, викликаний придушенням фізіологічних потреб. Самообмеження, яке суб'єктивно сприймається як вимушена необхідність для самоствердження через незадоволену потребу конгруентних стосунків.

-6-0 A

Стрес, викликаний придушенням фізіологічних потреб. Незадоволене бажання знайти визнання і спільність інтересів у колі значущого оточення викликає підвищену напруженість самоконтролю. Стримувана чуттєвість, потреба в повазі й уважному ставленні.

-6-1

Невдоволеність і брак взаєморозуміння у сфері значущих міжособистісних контактів посилюють контроль над чуттєвістю; придушення

фізіологічних потреб; невпевненість у собі. Прагнення конгруентних стосунків вступає в суперечність із тенденцією до відстоювання своєї індивідуальності.

-6-2

Стрес викликаний незадоволеною потребою в збереженні особистісної позиції, у повазі з боку значущого оточення. Високий рівень домагань у конфліктному співвідношенні з реальними обставинами, що обмежують самолюбство. Завзятість суперечливо поєднується із власною невпевненістю.

-6-3

Стрес, спричинений придушенням фізіологічних потреб. Ситуація, що склалася, обмежує почуття незалежності. Виражений самоконтроль у сфері чуттєвості призводить до ізоляції. Прагнення завоювати визнання й повагу з боку значущого оточення. Невпевненість ускладнюється браком уваги до своєї персони.

-6-4

Немає можливості реалізувати потребу у визнанні. Прагнення приховати невпевненість і тривогу за демонстративністю поведінки. Високий рівень домагань суперечливо поєднується з відчуттям власної ізольованості. Жага схвалення і успіху незадоволена. Стан характеризується переживанням почуття самотності й невпевненості, що маскується удаваною байдужістю, нехтування критикою на свою адресу.

-6-5

Напруженість, викликана труднощами в міжособистісних контактах, що мають велику значущість. Високий рівень домагань створює підґрунтя для розладу у стосунках. Обмежувальні тенденції виявляються як спосіб захисту сензитивної особистості, критичної, розбірливої, із незалежністю суджень. Вибірковість у контактах, інтелектуальна й естетична чутливість. Захисний механізм сублімації.

-6-7

Протест щодо заборон і небажаних обмежень. Потреба розпоряджатися своєю долею.

-7 A

Ідеться про колірний ряд, у якому 7-й колір позначається як "Тривога" за наявності на перших позиціях ахроматичних або змішаних кольорів (-6, 0) або перед 7-м стоїть один із яскравих еталонів.

Інтенсивність тенденції, що виявляється іншими кольорами. Потреба самостійно вирішувати свої проблеми і розпоряджатися власною долею.

-7-0 A

Потреба в яскравих переживаннях, спілкуванні, шалена захопленість, упевненість у собі, прагнення досягти більшого, невгамовна активність.

-7-1

Емоційна нестійкість, пов'язана з незадоволенням сформованих стосунків. Спроба контролювати свої почуття, аби приховати власну вразливість, підсилює загострену чутливість до середовищних впливів.

Установка на компромісну поведінку. Неспокій позначається на ослабленні функції уваги.

-7-2

Немає можливості реалізувати потребу в незалежності. Прагнення позбутися обмежень. У протидії сильному тиску обставин бракує цілеспрямованості.

-7-3

Стрес, спричинений розчаруваннями і перешкодами на шляху до реалізації своїх намірів. Протидія обставинам, що перешкоджають вільній самореалізації особистості, і дратівливість поєднуються з невпевненістю. Потреба у звільненні від обмежень і набутті свободи прийняття рішень. Фрустрована потреба в незалежності.

-7-4

Стрес, пов'язаний із блокуванням потреби в незалежності і спонтанній самореалізації. Напруженість, наполеглива потреба звільнитися від будь-яких обмежень. Невпевненість у можливості поліпшення ситуації не знижує рівня домагань і не сприяє компромісності рішень.

-7-5

Стрес, викликаний обмеженням власної незалежності зовнішніми перешкодами. Чутливість, уразливість, вимогливість у міжособистісних стосунках. Недовірливість. Відокремленість і вимогливість до інших.

-7-6 А

Стрес, спричинений обмеженнями чи заборонами. Потреба розпоряджатися своєю долею. Протест проти одноманітності й шаблонності. Наполегливість у відстоюванні власної думки, авторитарність. Підвищене почуття незалежності.

+0-0

Ця функція з'являється у порівнянні двох виборів, коли в одному з виборів 0 на першому місці, а в іншому – на останньому. Суперечливість тенденцій у сфері комунікативної і загальної активності прагнення до спілкування і острах спілкування водночас.

+0-1

Тривожність і напруженість нівелюються пасивністю і відходом від емоційно значущих контактів.

+0-2

Емоційна напруженість нівелюється спробою уникнення відповідальних рішень.

+0-3

Утома і відчуття безсилля болісно переживаються і викликають захисну реакцію обмежувальної поведінки, незважаючи на рішучість домогтися свого.

+0-4

Нездійснені сподівання і тривога за майбутнє викликали реакцію уникнення. Пригніченість, страх перед невідомістю.

+0-5

Сором'язливість і недовірливість, підвищена вимогливість до інших у міжособистісних контактах.

+0-6

Проблема ураженого самолюбства, підвищена сором'язливість за вираженої потреби у спілкуванні.

+0-7

Прагнення захиститися від зазіхань на свою незалежність, потреба у спокої.

+1-0

Активне прагнення досягти мети, пов'язане з підвищеним самоконтролем.

+1-1

Суперечливість ставлення до об'єкта прихильності від задоволеного до тривожно-незадоволеного.

+1-2

Почуття власної недосконалості, що розвинулось у результаті неуспіху. Прагнення уникнути ситуації, заспокоїтися, контролювати свої емоції.

+1-3

Занепокоєння через безглуздість подальшої боротьби на шляху до досягнення мети; потреба в доброзичливому ставленні і в безпеці змушує підсилити самоконтроль.

+1-4

Розчарування і страх перед майбутнім створюють тривожний фон настрою. Потреба в гармонізації стосунків з оточенням і підвищення самоконтролю, аби позбутися почуття ураженого самолюбства.

+1-5

Потреба в глибокій прихильності не цілком задоволена, бракує необхідного взаєморозуміння, що призводить до підвищення самоконтролю.

+1-6

Потреба у зміцненні власної позиції за рахунок посилення самоконтролю.

+1-7

За вираженої самостійності й незалежності прагнення до уникнення конфлікту за рахунок підвищення самоконтролю.

+2-0 А

Наполегливість у відстоюванні своєї позиції через острах, що можуть виникнути перешкоди на шляху до досягнення мети.

+2-1

Емоційна невдоволеність ситуацією, що обмежує самолюбство. Прагнення позбутися тривожного занепокоєння приховується підкресленою впевненістю і самостійністю.

+2-2

Суперечливе співвідношення між потребою в самоствердженні і бажанням позбутися протидії середовища.

+2–3

Перевтома й відчуття безсилля перед труднощами, роздратування і гіркота образи. Підвищена чутливість до критичних зауважень на свою адресу.

+2–4

Невдоволеність, безперспективність, тривожні побоювання, уражене самолюбство створюють підґрунтя для занепокоєння. Прагнення відстояти свої позиції через завзятість і вимогливість до оточення, опір зовнішнім обставинам.

+2–5

Розумовий, пасивно-споглядальний підхід, який застосовується для зміцнення своїх позицій і самоствердження.

+2–6

Потреба в самоповазі реалізується через визнання своєї значущості референтною групою.

+2–7

Стенічне відстоювання своєї самостійності, прагнення незалежності і зміцнення своїх позицій.

+3–0

Напружена, гарячкова активність, спрямована на досягнення мети через побоювання перешкод.

+3–1

Невдоволеність, спричинена переживанням втрати або розладу в сфері глибокої прихильності. Прагнення забутись у напруженій діяльності.

+3–2

Труднощі в подоланні перешкод спричинили тривогу й невпевненість у собі. Напруженість і прагнення реалізувати свої наміри можуть спричинити гнівні реакції.

+3–3

Суперечливе співвідношення між потребою в самостійному прийнятті рішень і бажанням спокою.

+3–4

Засмучення і почуття безперспективності є ґрунтом для стресу. Труднощі самореалізації та розлад у міжособистісних контактах компенсуються напруженою діяльністю, спрямованою на досягнення мети.

+3–5

Спонтанність (свобода) самореалізації обмежується прагненням розсудливо зважувати всі обставини.

+3–6

Спонтанна самореалізація, що дає задоволення і підвищує власну цінність в очах інших.

+3–7

Стенічність у боротьбі з обмеженнями й перешкодами на шляху самореалізації, самостійність, потреба в незалежності.

+4-0

Побоювання натрапити на перешкоди на шляху до досягнення бажаних цілей викликає неспокійну активність, спрямовану на малопродуктивну діяльність.

+4-1

Напруженість, викликана незадоволеною потребою в любові, теплих стосунках, відчуттям нерозуміння. Неспокійні пошуки нових взаємовідносин, які могли дарувати радість і спокій.

+4-2

Блокована потреба у збереженні своїх позицій і в повазі з боку значущого оточення. Активні пошуки засобів, які могли б підвищити реноме особистості. Зовнішньо-обвинувачувальний тип реагування. Схильність до нав'язливих проявів.

+4-3

Збудження, поведінкові реакції, імпульсивність і підвищена дратівливість на тлі вираженої переваги, нетерпимість до вимог, що диктуються обставинами. Відчуття власного безсилля поєднується з надією позбутися навісної загрози.

+4-4

Суперечливе співвідношення між оптимістичністю і песимізмом. Нестійкий настрій.

+4-5

Категоричність у критичній оцінці ситуації, що сприймається як непродумана й дезорганізуюча. Потреба в ясності і повному розумінні того, що відбувається, задля упорядкованості і планомірності подальших дій.

+4-6

Прагнення змінити ситуацію, що утискає самолюбство, і справити належне враження у сфері значущих міжособистісних контактів.

+4-7

Прагнення уникнути будь-яких обмежень, що звужують свободу подальшого зростання, підвищення престижу особистості.

+5-0

Побоювання перешкод на шляху до досягнення мети спонукає до інтенсивного використання інтуїтивно знайдених способів самоактуалізації.

+5-1

Утеча в світ ілюзій, естетики й мистецтва від сумної реальності і розчарувань у сфері значущих міжособистісних контактів.

+5-2

Спад зусиль, спрямованих на досягнення мети й підвищення власного статусу. Утеча в світ ілюзій.

+5-3

Перевтома, прагнення уникнути збудження і нових зусиль; втеча у світ ілюзій, який більше відповідає власним уявленням і вимогам.

+5-4

Стан розчарованості й безперспективності, що супроводжується тривогою і почуттям безпорадності. Утеча у світ ілюзорних уявлень, що відповідають власним настроям і бажанням.

+5-5

Суперечливе співвідношення між ірраціональною чутливістю і розумовою критичністю.

+5-6

Уразливість. Прагнення до своєрідних захоплень, оригінальність і суб'єктивізм у ціннісних орієнтаціях, чутливість до середовищних впливів і потреба в делікатній соціальній ніші.

+5-7

Уразливість щодо критичних зауважень, підвищене почуття незалежності, потреба у свободі прийняття рішень і дій. Покладання на інтуїцію і суто індивідуальний спосіб самореалізації.

+6-0

Тривожні побоювання загрози, що підсилюють потребу в спокої і безпеці. Пошуки умов, що створюють відчуття стійкості й можливість розслаблення.

+6-1

Блокована потреба в любові і теплих стосунках. Прагнення до уникнення конфліктів і відновлення душевних сил.

+6-2

Тривожність і невпевненість у собі. Почуття приниження, приховане в самолюбстві, відчуття власного безсилля перед непереборними обставинами. Потреба у спокійній і безпечній обстановці, розслабленні.

+6-3

Перевтома, почуття безсилля, що розвинулось у процесі протидії несприятливим обставинам, створює відчуття безпорадності й нещастя. Потреба у відпочинку й розслабленні.

+6-4

Тривога і гірка переконаність у тому, що безглуздо сподіватися на краще. Відчуття втрати співчуття і визнання з боку значущого оточення. Потреба у стійкості власної позиції і позбавленні від страхів і напруженості.

+6-5

Підвищена вразливість у конфліктних ситуаціях за підвищеної вимогливості до соціального оточення.

+6-6

Суперечливе співвідношення між потребою в безпеці і прагненням визнання.

+6-7

Потреба у спокої й безпеці.

+7-0

Побоювання можливих перешкод на шляху реалізації своїх намірів викликає критичне ставлення до життєвих цінностей, захисну іронію і цинізм, за якими криються безпорадність, почуття неспроможності.

+7-1

Незадоволена потреба в любові й розумінні. Зовнішньо-обвинувачувальна реакція на стрес, протестні форми поведінки й висловлювань.

+7-2

Перенапруження зусиль, спрямованих на подолання перешкод, що викликало тривогу і відчуття втрати престижності власної позиції (ретельно приховується). Зовнішньо-обвинувачувальна реакція, що маскує власне безсилля.

+7-3

Перевтома, нетерпимість до сильних зовнішніх впливів, утеча в світ ілюзій, ірреальність вимог до оточення, відчуття нещастя, протестні форми висловлювань і поведінки, потреба в самостійності прийняття рішень. Можливі імпульсивні руйнівні-агресивні вчинки.

+7-4

Страх, почуття безперспективності, відчуття втрати особистісної позиції, самоприниження, що приховується від оточення і маскується удаваною безтурботністю.

+7-5

Суб'єктивізм і індивідуалістичність спрощені й виявляються у негативізмі і категоричному критиканстві стосовно будь-яких думок і цінностей.

+7-6

Імперативна потреба в повазі, завищені домагання, прагнення претендувати на винятковість, відмова від буденності і підпорядкованої позиції.

+7-7

Суперечливе співвідношення між відстоюванням власної індивідуалістичності і негативним ставленням до всього оточення.

2.5.3 Опитувальник посттравматичного зростання (Р. Тадеші і Л. Калхаун, у модифікації М. Ш. Магомед-Емінова)

На погляд М. Ш. Магомед-Емінова, перед людиною, яка вижила після катастрофи, три шляхи, три життєві дороги: життєсходження, життєпродовження і життєпадіння. Шлях уцілілого після катастрофи, траєкторія його життєвого шляху не лише негативна (стрес-синдром), але й позитивна (адаптація, інтеграція) і креативна (зростання і розвиток).

Для діагностики саме позитивних змін після катастрофи створено спеціальний опитувальник посттравматичного зростання. Його було розроблено Р. Тадеші і Л. Калхауном у 1996 р., адаптовано до російської вибірки М. Ш. Магомед-Еміновим у 2004 р. Опитувальник показав себе надійним і валідним психометричним інструментом. Його розробники ґрунтувалися на припущенні, що життєві лиха у особи, яка їх пережила,

викликають не лише негативні реакції, але й позитивні трансформації. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Інструкція. Для кожного наведеного нижче твердження оцініть ступінь, в якому відповідна зміна сталась у вашому житті внаслідок кризи (або дослідник дає специфічний опис кризової ситуації), використовуючи таку шкалу оцінок:

- 0 – після цієї ситуації в мене не сталося жодних змін;
- 1 – після цієї ситуації в мене відбулися дуже незначні зміни;
- 2 – після цієї ситуації в мене відбулися незначні зміни;
- 3 – після цієї ситуації в мене відбулися помірні зміни;
- 4 – після цієї ситуації в мене відбулися великі зміни;
- 5 – після цієї ситуації в мене відбулися дуже великі зміни.

Бланк методики

1	У меня поменялись жизненные приоритеты	
2	Я гораздо лучше понимаю ценность собственной жизни	
3	У меня появились новые интересы	
4	Я чувствую большую уверенность в себе	
5	Я стал лучше понимать духовные проблемы	
6	Я нахожу, что я больше рассчитываю на людей в трудную минуту	
7	Я направил свою жизнь по новому пути	
8	Я испытываю большую близость с окружающими	
9	Я более охотно выражаю свои эмоции	
10	Я лучше понимаю, что могу справиться с трудностями	
11	Я могу сделать свою жизнь лучше	
12	Я в большей степени способен принимать вещи такими, какие они есть	
13	Я могу больше ценить каждый день своей жизни	
14	У меня появились возможности, которые не были мне доступны	
15	У меня появилось больше сострадания к людям	
16	Я трачу больше усилий на налаживание взаимоотношений	
17	Я с большей вероятностью пытаюсь изменить то, что нуждается в изменении	
18	Я стал более религиозным	
19	Я обнаружил, что я сильнее, чем полагал	
20	Я много узнал о том, какими замечательными бывают люди	
21	Я стал больше признавать, что нуждаюсь в других людях	

Обробка та інтерпретація результатів

Ця методика має п'ять шкал: ставлення до інших (СІ); нові можливості (НМ); сила особистості (СО); духовні зміни (ДЗ); підвищення цінності життя (ПЦЖ).

Для визначення посттравматичного зростання в межах зазначених шкал використовують спеціальний ключ:

- СІ – 6, 8, 9, 15, 16, 20, 21 (7 тверджень);
- НМ – 3, 7, 11, 14, 17 (5 тверджень);
- СО – 4, 10, 12, 19 (4 твердження);
- ДЗ – 5, 18 (2 твердження);
- ПЦЖ – 1, 2, 13 (3 твердження).

Кількісна оцінка посттравматичного зростання за кожною шкалою визначається шляхом сумарного підрахунку балів. Обробка здійснюється за

“сирими” балами. Потім за допомогою нормативної таблиці визначаються індекс та інтенсивність посттравматичного зростання за кожним фактором (табл. 2.38).

Таблиця 2.38 – Норми за методикою М. Ш. Магомед-Емінова

Норми для фактора “Ставлення до інших” (СІ)		
Низькі значення	Середні значення	Високі значення
0 – 14	15 – 24	25 – 35
Норми для фактора “Нові можливості” (НМ)		
Низькі значення	Середні значення	Високі значення
0 – 9	10 – 15	16 – 25
Норми для фактора “Сила особистості” (СО)		
Низькі значення	Середні значення	Високі значення
0 – 7	8 – 15	16 – 20
Норми для фактора “Духовні зміни” (ДЗ)		
Низькі значення	Середні значення	Високі значення
0 – 3	4 – 6	7 – 10
Норми для фактора “Підвищення цінності життя” (ПЦЖ)		
Низькі значення	Середні значення	Високі значення
0 – 6	7 – 11	12 – 15
Норми для індексу “Посттравматичне зростання” (ПЗ)		
Низькі значення	Середні значення	Високі значення
0 – 32	33 – 63	64 – 105

Фактор “Ставлення до інших”. У складну хвилину особа почала більше розраховувати на інших людей, відчувати більшу близькість до оточення, охоче виявляти свої емоції. У неї з’являється більше співчуття до людей, вона починає витрачати більше зусиль на налагодження стосунків з оточенням, частіше визнає, що потребує інших людей, їх більше цінує.

Фактор “Нові можливості”. Виникають нові інтереси, людина спрямовує своє життя на новий шлях, з’являється впевненість, що вона може зробити своє життя кращим. Перед нею розкриваються можливості, не доступні раніше. Вона впевненіше намагається змінити те, що потребує змін.

Фактор “Сила особистості”. Людина стала відчувати більшу впевненість у собі, краще розуміти, що може долати труднощі. Вона більшою мірою здатна сприймати речі такими, якими вони є. Визначила, що вона сильніша, ніж вважала.

Фактор “Духовні зміни”. Людина стала краще розуміти духовні проблеми, стала релігійнішою.

Фактор “Підвищення цінності життя”. У людини змінилися життєві пріоритети, вона стала набагато краще розуміти цінність власного життя, зараз вона більше цінує кожен день свого життя.

Таким чином, випробовувані з високим сумарним балом ПТЗ характеризуються певними рисами. Так, після пережитого стресу в них змінюється ставлення до інших людей у бік більшої відкритості, позитивності, співчуття. Виникає відчуття нових можливостей, нових інтересів, бажання змін.

Вони починають відчувати більшу впевненість у собі, силу для подолання труднощів, краще розуміти духовні проблеми інших людей. У них підвищується цінність життя взагалі і кожної миттєвості життя зокрема.

2.5.4 Опитувальник нервово-психічного напруження (Т. А. Немчин)

Шкала нервово-психічного напруження, або опитувальник НПН, розроблений в 1981 р. Т. А. Немчиним. Під нервово-психічним напруженням автор розуміє психічний стан, обумовлений передбаченням несприятливого для суб'єкта розвитку подій, який супроводжується відчуттям загального дискомфорту, тривоги, страху і включає в себе готовність опанувати ситуацію, діяти в ній певним чином.

Опитувальник містить перелік ознак нервово-психічного напруження, складений за даними клініко-психологічного спостереження, і 30 основних характеристик цього стану. За змістом опитувальника всі ознаки можна поділити на три групи тверджень: перша група відображає наявність фізичного дискомфорту і неприємних відчуттів із боку соматичних систем організму, друга група стверджує про наявність (або відсутність) психічного дискомфорту і скарг з боку нервово-психічної сфери, у третю групу входять ознаки, що описують деякі загальні характеристики нервово-психічного напруження: частоту, тривалість, генералізованість і ступінь вираженості цього стану. Опитувальник рекомендується використовувати для діагностики психічної напруженості в умовах складної (екстремальної) ситуації або її очікування. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Інструкція. Оцінюючи свій стан зараз, у кожному з 30 пунктів виберіть один із трьох варіантів відповідей (а, б, в).

Текст опитувальника

1. Наличие физического дискомфорта:

- а) полное отсутствие каких-либо неприятных физических ощущений;
- б) имеют место незначительные неприятные ощущения, не мешающие работе;
- в) наличие большого количества неприятных физических ощущений, серьезно мешающих работе.

2. Наличие болевых ощущений:

- а) полное отсутствие каких-либо болей;
- б) болевые ощущения периодически появляются, но быстро исчезают и не мешают работе;
- в) имеют место постоянные болевые ощущения, существенно мешающие работе.

3. Температурные ощущения:

- а) отсутствие каких-либо изменений в ощущении температуры тела;
- б) ощущение тепла, повышения температуры тела;
- в) ощущение похолодания тела, конечностей, чувство озноба.

4. Состояние мышечного тонуса:

- а) обычный мышечный тонус;
- б) умеренное повышение мышечного тонуса, чувство некоторого мышечного напряжения;
- в) значительное мышечное напряжение, подергивания отдельных мышц лица, шеи, руки (тик, тремор).

5. Координация движений:

- а) обычная координация движений;
- б) повышение точности, легкости, координированности движений во время письма, другой работы;
- в) снижение точности движений, нарушение координации, ухудшение почерка, затруднения при выполнении мелких движений, требующих высокой точности.

6. Состояние двигательной активности в целом:

- а) обычная двигательная активность;
- б) повышение двигательной активности, увеличение скорости и энергичности движений;
- в) резкое усиление двигательной активности, невозможность усидеть на одном месте, суетливость, стремление ходить, изменять положение тела.

7. Ощущения со стороны сердечно-сосудистой системы:

- а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений со стороны сердца;
- б) ощущение усиления сердечной деятельности, не мешающее работе;
- в) наличие неприятных ощущений со стороны сердца: учащение сердцебиения, чувство сжатости в области сердца, покалывание, боли в сердце.

8. Проявления со стороны желудочно-кишечного тракта:

- а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений в животе;
- б) единичные, быстро проходящие и не мешающие работе ощущения в животе: подсасывание в подложечной области, чувство легкого голода, периодическое урчание;
- в) выраженные неприятные ощущения в животе: боли, снижение аппетита, подташнивание, чувство жажды.

9. Проявления со стороны органов дыхания:

- а) отсутствие каких-либо ощущений;
- б) увеличение глубины и учащение дыхания, не мешающие работе;
- в) значительные изменения дыхания: одышка, чувство недостаточности вдоха, комок в горле.

10. Проявления со стороны выделительной системы:

- а) отсутствие каких-либо изменений;
- б) умеренная активизация выделительной функции: более частое желание воспользоваться туалетом при полном сохранении способности воздержаться (терпеть);
- в) резкое учащение желания воспользоваться туалетом, трудность или даже невозможность терпеть.

11. Состояние потоотделения:

- а) обычное потоотделение без каких-либо изменений;
- б) умеренное усиление потоотделения;
- в) появление обильного холодного пота.

12. Состояние слизистой оболочки полости рта:

- а) обычное состояние без каких-либо изменений;
- б) умеренное увеличение слюноотделения;
- в) ощущение сухости во рту.

13. Окрас кожных покровов:

- а) обычный окрас кожи лица, шеи, рук;
- б) покраснение кожи лица, шеи, рук;
- в) бледность кожи лица, шеи, появление на коже кистей рук “мраморного” (пятнистого) оттенка.

14. Восприимчивость, чувствительность к внешним раздражителям:

- а) отсутствие каких-либо изменений, обычная чувствительность;
- б) умеренное повышение восприимчивости к внешним раздражителям, не мешающее работе;
- в) резкое обострение чувствительности, отвлекаемость, фиксация на посторонних раздражителях.

15. Чувство уверенности в себе, своих силах:

- а) обычное чувство уверенности в своих силах, способностях;
- б) повышение чувства уверенности в себе, вера в успех;
- в) чувство неуверенности в себе, ожидание неудачи, провала.

16. Настроение:

- а) обычное настроение;
- б) приподнятое настроение, ощущение подъема, приятного удовлетворения работой или другой деятельностью;
- в) снижение настроения, подавленность.

17. Особенности сна:

- а) нормальный, обычный сон;
- б) хороший, крепкий, освежающий сон накануне;
- в) беспокойный, с частыми пробуждениями и сновидениями сон в течение нескольких предшествующих ночей, в том числе накануне.

18. Особенности эмоционального состояния в целом:

- а) отсутствие каких-либо изменений в сфере эмоций и чувств;
- б) чувство озабоченности, ответственности за исполняемую работу, азарт, активное желание действовать;
- в) чувство страха, паники, отчаяния.

19. Помехоустойчивость:

- а) обычное состояние без каких-либо изменений;
- б) повышение помехоустойчивости в работе, способность работать в условиях шума и других помех;
- в) значительное снижение помехоустойчивости, неспособность работать при отвлекающих раздражителях.

20. Особенности речи:

- а) обычная речь;
- б) повышение речевой активности, увеличение громкости голоса, ускорение речи без ухудшения ее качества (логичности, грамотности и т.д.);
- в) нарушения речи: появление длительных пауз, запинок, увеличение количества лишних слов, заикание, слишком тихий голос.

21. Общая оценка психического состояния:

- а) обычное состояние;
- б) состояние собранности, повышенная готовность к работе, мобилизованность, высокий психический тонус;
- в) чувство усталости, несобранности, рассеянности, апатии, снижение психического тонуса.

22. Особенности памяти:

- а) обычная память;
- б) улучшение памяти: легко вспоминается то, что нужно;
- в) ухудшение памяти.

23. Особенности внимания:

- а) обычное внимание без каких-либо изменений;
- б) улучшение способности к сосредоточению, отвлечение от посторонних дел;
- в) ухудшение внимания, неспособность сосредоточиться на деле, отвлекаемость.

24. Сообразительность:

- а) обычная сообразительность;
- б) повышение сообразительности, хорошая находчивость;
- в) снижение сообразительности, растерянность.

25. Умственная работоспособность:

- а) обычная умственная работоспособность;
- б) повышение умственной работоспособности;
- в) значительное снижение умственной работоспособности, быстрая умственная утомляемость.

26. Явления психического дискомфорта:

- а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений и переживаний со стороны психики в целом;
- б) чувство психического комфорта, подъема психической деятельности либо единичные, слабо выраженные, быстро проходящие, не мешающие работе явления;
- в) резко выраженные разнообразные и многочисленные серьезно мешающие работе нарушения со стороны психики.

27. Степень распространенности (генерализованность) признаков напряжения:

- а) единичные, слабо выраженные признаки, на которые не обращается внимание;

б) отчетливо выраженные признаки напряжения, не только не мешающие деятельности, но, напротив, способствующие ее продуктивности;

в) большое количество разнообразных неприятных признаков напряжения, мешающих работе и наблюдающихся со стороны различных органов и систем организма.

28. Частота возникновения состояния напряжения:

а) ощущение напряжения не развивается практически никогда;

б) некоторые признаки напряжения развиваются лишь при наличии реально трудных ситуаций;

в) признаки напряжения развиваются очень часто и нередко без достаточных на то причин.

29. Продолжительность состояния напряжения:

а) весьма кратковременное, не более нескольких минут, быстро исчезает еще до того, как миновала сложная ситуация;

б) продолжается практически в течение всего времени пребывания в условиях сложной ситуации и выполнения необходимой работы, прекращается вскоре после ее окончания;

в) весьма значительная продолжительность состояния напряжения, не прекращающегося в течение длительного времени после сложной ситуации.

30. Общая степень выраженности напряжения:

а) полное отсутствие или весьма слабая степень выраженности;

б) умеренно выраженные, отчетливые признаки напряжения;

в) резко выраженное, чрезмерное напряжение.

Обробка та інтерпретація результатів

Після заповнення бланка проводиться підрахунок набраних випробовуваним балів шляхом їх підсумовування. За вибір пункту “а” нараховується 1 бал, пункту “б” – 2 бали, пункту “в” – 3 бали.

Мінімальна кількість балів, яку може набрати випробовуваний, дорівнює 30, а максимальна – 90. Оцінювання стану обстежуваного проводиться за такою шкалою:

1) слабка, або детенсивна нервово-психічна напруженість – від 30 до 50 балів;

2) помірна, або інтенсивна нервово-психічна напруженість – від 51 до 70 балів;

3) надмірне, або екстенсивне нервово-психічна напруженість – від 71 до 90 балів.

Перший ступінь нервово-психічної напруженості може бути названий напруженням лише умовно, бо, по суті, при цьому ознак напруження або не спостерігається зовсім, або прояви настільки незначні, що обстежувані не схильні вважати свій стан нервово-психічним напруженням. У такому випадку в обстежуваних наче б не відбувається включення в екстремальну ситуацію, вони не розцінюють її як складну, таку, що вимагає мобілізації зусиль на її подолання і досягнення поставленої мети. У такому стані відсутні

не тільки мотиви для досягнення мети, але й мотиви до діяльності. Обстежувані не відчують необхідності в успішному подоланні труднощів, якими характеризується ситуація об'єктивно, їх не цікавить результат діяльності, не турбують можливі наслідки. Випробовувані не відзначають будь-яких явищ соматичного або психічного дискомфорту чи, навпаки, комфорту і не розцінюють ситуацію, в якій вони опинилися, як екстремальну. У зв'язку з таким ставленням до обставин, умов діяльності, до завдань, які повинні вирішувати обстежувані, вони не виявляють помітних ознак реагування на ситуацію і тому при об'єктивному дослідженні і суб'єктивних звітах про свій стан і відчуттях у них не виявляється істотних змін, які б дозволяли розцінювати їх стан як стан напруження. У результаті під час дослідження випробовуваних характеристики їх стану не відрізняються від звичайних, повсякденних характеристик як соматичних систем, так і психічної сфери.

Найзагальнішими характеристиками *другого ступеня нервово-психічної напруженості* є мобілізація психічної діяльності, підвищення активності соматичного функціонування і почуття загального підйому морально-психічних, душевних і фізичних сил. Якщо при цьому і спостерігаються окремі неприємні відчуття з боку соматичних органів і систем, то вони наче б маскуються загальним позитивним забарвленням, позитивним емоційним фоном, піднесеним настроєм, активним прагненням подолати труднощі й добитися високих результатів у досягненні мети. Таким чином, за помірно вираженої нервово-психічної напруженості не тільки виразно виявляються мотивація до досягнення мети, прагнення до енергійних дій, але й людина отримує задоволення від самої діяльності. У обстежуваних не виникає суперечності між ставленням до бажаної мети і ставленням до нерідко нелегкої праці на шляху до її досягнення, тому ефективність і продуктивність їх діяльності виявляються високими.

За помірно вираженої психічної напруженості у психічній діяльності спостерігаються суттєві позитивні зрушення.

1. Зростає ефективність основних властивостей уваги: збільшується її обсяг, увага стає стійкішою, посилюється здатність до концентрації на виконуваному завданні, знижується відволікання. Підвищення продуктивності функцій уваги пов'язане ще з певним зменшенням перемикання уваги, що забезпечує зосередженість індивіда на вирішенні головних завдань, які стоять перед ним у цій екстремальній ситуації.

2. Змінюється функція пам'яті, хоча модифікація мнемічної функції за напруження не має настільки виразного й цілісного позитивного характеру, як функція уваги. Якщо обсяг короточасного запам'ятовування збільшується, то здатність індивіда до довготривалого вербального збереження практично залишається незмінною або виявляє тенденцію до зниження.

3. Збільшується продуктивність логічного мислення. Природно вважати, що підвищення продуктивності логічного мислення як однієї з найважливіших психічних функцій слід пов'язувати з активізацією інших, розглянутих вище психічних процесів. Можна сказати, що за напруження другого ступеня

спостерігається підвищення ефективності когнітивної діяльності в цілому, незважаючи на неодноспрямованість міжфункціональних характеристик окремих видів когнітивних процесів.

4. Підвищується продуктивність, поліпшується точність рухів, зменшується кількість помилок.

Таким чином, помірна ступінь нервово-психічної напруженості характеризується практично всеосяжним підвищенням якості та ефективності психічної діяльності і являє собою таку форму психічного стану індивіда, за якої в усій повноті розкриваються здібності людини до досягнення мети, до виконання тієї або іншої роботи.

За другого ступеня НПН спостерігаються зміни в динамічних характеристиках нервової системи, які в цілому можна кваліфікувати як підвищення рівня її активації.

Розглядаючи структурно-функціональні особливості надмірно вираженого нервово-психічного напруження (напруження 3-го ступеня), зазначимо, що для нього типові дезорганізація психічної діяльності, істотні відхилення в психомоториці, глибокі зрушення в нейродинамічних характеристиках і виявлені відчуття спільного фізичного і психічного дискомфорту. Першочергові скарги на порушення діяльності соматичних органів. Психічні розлади, що також мають місце, залишаються ніби на другому плані, маскуються соматичними скаргами, із яких найчастіші скарги на порушення серцево-судинної системи, органів дихання та видільної системи і лише потім скарги на порушення у психомоториці і на зниження здібностей до продуктивної розумової діяльності. Почуття фізичного дискомфорту супроводжується негативним емоційним фоном, падінням настрою, відчуттям тривоги, неспокою, гострим очікуванням невдачі, провалу та інших неприємних наслідків екстремальної ситуації. Хоча обстежувані з НПН 3-го ступеня наголошували, що мають насамперед соматичні порушення, найвираженіші зрушення у них спостерігаються з боку психічної діяльності: погіршення уваги, розумової працездатності, кмітливості, завадостійкості, настрою, емоційної стійкості, координації рухів, невіра в можливість власними силами подолати труднощі і звідси невіра в успіх тощо. Третій ступінь НПН виявляється виразними ознаками порушень у психічній сфері:

- особливо знижується обсяг уваги, її стійкість і здатність до концентрації, здатність до перемикання уваги;
- істотно знижуються продуктивність короткочасної пам'яті та здатність до тривалого вербального збереження;
- яскраво виявляються негативні зрушення в такій характеристиці оперативного мислення, як здатність до вирішення логічних завдань;
- страждає координація діяльності.

2.5.5 Методика “Психологічна готовність особистості фахівця екстремального виду діяльності” (О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. В. Воробйова)

Як показує аналіз, причинами нещасних випадків переважно ставала недостатня професійна готовність військовослужбовців до діяльності в екстремальних ситуаціях: морально-вольова нестійкість, бажання домогтися виконання бойового завдання за “будь-яку ціну”, виконання бойових завдань без урахування реальної обстановки, без боротьби за виживання.

Оскільки структура психологічної готовності особистості, діяльність якої пов’язана з екстремальними умовами, розроблена на основі факторного аналізу оцінок експертів із використанням процедури спрощення факторної структури, то саме визначені в ній п’ять факторів стали підґрунтям для розроблення структурних компонентів методики “Психологічна готовність особистості фахівця екстремального виду діяльності”.

Розробляючи стимульний матеріал методики, автори виділили 5 блоків.

Перший блок “Здатність до ефективного самомотивування, в основі якої лежить мотивація обов’язком” (мотивація обов’язку). Розуміння й усвідомлення державної важливості завдань; свідоме прагнення сумлінного виконання службового обов’язку; моральна нормативність поведінки; потреба в подоланні труднощів і наполегливість у досягненні мети; інтерес до виконання службово-бойових завдань в екстремальних ситуаціях; прагнення добитися успіху й показати себе якнайкраще під час виконання обов’язків; відчуття задоволення від виконання поставлених завдань.

Високі показники за цим блоком свідчать про таке: глибоке й усвідомлене розуміння державної важливості завдань, які виконує військовослужбовець Національної гвардії України; позитивне психологічне (ціннісно-мотиваційне) ставлення до службово-бойової діяльності; стійкість і чіткість службової спрямованості на свідоме й сумлінне виконання вимог законів, присяги, наказів у процесі службово-бойової діяльності; моральну нормативність поведінки; високу потребу в подоланні труднощів і досягненні поставленої мети; емоційно-позитивне усвідомлене ставлення до виконання службово-бойового завдання в небезпечній для життя обстановці; швидке орієнтування у психологічно складній ситуації; високий рівень поведінкової регуляції; глибоке відчуття задоволення від виконання службово-бойового завдання.

Середні показники за цим блоком свідчить про таке: усвідомлення державної важливості завдань, які виконує військовослужбовець Національної гвардії України; позитивне психологічне (ціннісно-мотиваційне) ставлення до СБД; спрямованість на виконання вимог законів, присяги, наказів у процесі службової діяльності нестійка; незначне відхилення в нормативності поведінки й порушення службової дисципліни; потреба в подоланні труднощів і прагнення досягти поставленої мети; відчуття задоволення від виконання службово-бойового завдання; сильний, урівноважений тип поведінки; емоційно-нейтральне (пасивне) ставлення до виконання СБЗ у небезпечній для

життя ситуації; адекватне орієнтування у психологічно складній ситуації; за наявності зовнішніх проявів напруженості дії залишаються правильними.

Низькі показники за цим блоком указують на таке: брак досить вираженого розуміння державної ваги завдань; нейтральне або негативне психологічне (ціннісно-мотиваційне) ставлення до СБД; безвідповідальне ставлення до виконання вимог законів, наказів, розпоряджень, порушення дисципліни; низький рівень службово-професійної спрямованості; слабо розвинена потреба в подоланні труднощів і слабе прагнення досягти поставленої мети; нейтрально-байдуже або негативне ставлення до виконання СБЗ у небезпечній для життя обстановці; слабо виражене прагнення досягти успіху й бажання проявити свої здібності; нестійка поведінка і низький рівень стресостійкості; поверховий характер здійснення самоаналізу й самооцінки; повільна орієнтація у психологічно складній ситуації; низький рівень стійкості у стресі; відсутність відчуття задоволення від виконання СБЗ.

Другий блок “Здатність ефективно використовувати внутрішні ресурси організму і особистості для ефективного виконання поставлених завдань у напружених умовах, в основі якої лежить витривалість” (професійна витривалість) передбачає: уміння мобілізувати себе у складній обстановці і зосередити сили на виконанні поставленого завдання; наполегливість, рішучість, цілеспрямованість, завзятість у подоланні труднощів, що виникли, самовладання; вольову стійкість в ухваленні відповідального рішення, здатність брати на себе відповідальність в екстремальних ситуаціях; уміння зберігати високий рівень активності, ініціативи, самостійності; здібність протистояти втомі, долати сумніви, розгубленість, побоювання, страх.

Високі показники за цим блоком мають свідчити про таке: високо розвинене вміння мобілізувати себе у складній ситуації, здатність зосередити сили на виконанні поставленого завдання; висока наполегливість, сміливість, рішучість, цілеспрямованість, завзятість у подоланні труднощів, що виникли, самовладання; здатність брати на себе відповідальність в екстремальних ситуаціях; розвинене вміння зберігати високий рівень активності, ініціативи й самостійності; виражена здатність протистояти втомі, сміливо долати сумніви, розгубленість, побоювання, страх.

Фахівці, які мають середні показники за цим блоком, у цілому мають розвинене вміння мобілізувати себе в складній ситуації, здатні зосередити сили на виконанні поставленого завдання. Переважно виявляють вольову стійкість в ухваленні важливого рішення, здатні брати на себе відповідальність в екстремальних ситуаціях. У цілому мають розвинене вміння зберігати активність, ініціативу й самостійність. Здатні протистояти втомі, долати сумніви, розгубленість, побоювання, страх.

Передбачається, що низькі показники за цим блоком свідчать про таке: слабо розвинене мобілізування у складних ситуаціях; нездатність зосередити сили на виконанні поставленого завдання; низький (не належний) прояв наполегливості, рішучості, цілеспрямованості, завзятості в подоланні труднощів, що виникли, самовладання; невпевненість і розгубленість в

ухваленні важливого рішення, нездатність або побоювання брати на себе відповідальність в екстремальних ситуаціях; недостатня розвиненість умінь зберігати активність, самостійність і ініціативу; слабо розвинені здібності протистояти втомі, долати сумніви, страх.

Третій блок “Здатність залучати зовнішні ресурси для виконання поставлених завдань і здійснення опору стресу, де основою є розвинені комунікативні навички і довіра” (професійна взаємодопомога і довіра) передбачає: умінь залучати додаткові ресурси свого соціального оточення для виконання поставлених завдань і створення ефективного захисного потенціалу шляхом об’єднання антистресових потенціалів членів колективу.

Високі показники свідчать про таке: здатність побудувати процес спілкування, умінь встановити психологічний контакт, дати раду власним почуттям, упоратися з проявами агресивності, спланувати свою діяльність, поставити перед собою цілі й завдання, ефективно їх реалізувати й отримати емоційне задоволення від процесу та результату діяльності, переключатися з одного завдання на інше, раціонально його вирішити, зосередившись на завданні, схильність до виправданого ризику, вирішення складних завдань.

Середні показники свідчать про те, що військовослужбовець у змозі побудувати процес спілкування, уміє встановити психологічний контакт, дати раду власним почуттям, упоратися з проявами агресивності, спланувати свою діяльність, але відчуває певний дискомфорт, невпевненість у собі, здатен переключатися з одного завдання на інше, але не завжди може зосередитись і правильно його вирішити, схильний до передбачення негативного розвитку подій, ризику, вирішення складних завдань, але не завжди адекватно може оцінити обставини, що склалися.

Низький показник передбачає: мало розвинену здатність будувати комунікацію, установлювати психологічний контакт з іншою людиною, слухати й чути іншу людину, виконувати й давати вказівки, усвідомлювати й виявляти почуття, розуміти оточення, виявляти приязнь, долати страх перед невідомим, володіти собою, адекватно реагувати на неприємності у спілкуванні, нездатність радіти успіхам і перемогам інших, зосереджуватися на завданнях, відчувати складність в опануванні нових алгоритмів діяльності.

Четвертий блок “Здатність виділяти в ситуації діяльності професійно важливі маркери і на їх основі, ураховуючи наявні ресурси, здійснювати оперативне планування, розгортати набуті алгоритми професійних дій, де основою є професійна компетентність” (професійна компетентність) передбачає: розуміння завдань СБД, виконання обов’язків і оцінювання їх значущості; уявлення про ймовірні зміни обстановки, труднощі, майбутні умови виконання СБЗ в екстремальних ситуаціях; обсяг знань, прийомів, засобів і способів досягнення мети; наявність професійних умінь і навичок дій для виконання СБЗ; здібність до аналізу оперативної ситуації.

Високі показники за цим блоком свідчать про таке: глибоке розуміння завдань СБД, своїх обов’язків, висока оцінка їх значущості; чітке, повне й адекватне уявлення про вірогідні зміни обставин, труднощі, майбутні умови

виконання СБЗ; великий обсяг і різноманітність знань, прийомів, засобів і способів досягнення мети; добре розвинені вміння й навички дій в екстремальних ситуаціях; висока здібність до аналізу ситуації, що склалася.

Середні показники свідчать про таке: розуміння сутності і змісту завдань СБД, складність виконання своїх обов'язків через їх нерозуміння, знижена оцінка їх складності; фрагментарне уявлення про ймовірні зміни обставин, труднощі, майбутні умови виконання СБЗ; глибокі знання прийомів, засобів і способів досягнення мети; достатня розвиненість умінь і навичок дій в екстремальних ситуаціях; здібність до аналізу ситуації, що склалася.

Низькі показники вказують на таке: слабе й часто неадекватне уявлення про ймовірні зміни обставин, труднощі, майбутні умови виконання СБЗ; завдання СБД у цілому не усвідомлюються, немає достатнього розуміння складності виконання своїх обов'язків, оцінка їх значущості знижена; недостатні знання прийомів, засобів і способів досягнення мети; уміння й навички дій в екстремальних ситуаціях розвинені нижче за середнє; знижена здібність до аналізу оперативної ситуації, що склалася.

П'ятий блок "Здатність до самообілізації, реалізації розробленого плану дій, в основі якої лежить вольове зусилля" (вольове зусилля) передбачає: уміння управляти своїми емоціями; уміння мобілізуватися на виконання поставленого завдання; упевненість у своїх силах, успіху; здатність протистояти роздратуванню; емоціональну стійкість до тривалих напружених навантажень, ризику, небезпеки.

Високий показник свідчить про таке: високо розвинене вміння управляти собою в складній ситуації; уміння впевнено керувати своїми емоціями, яскраво виражена здатність мобілізувати себе на виконання поставленого завдання; тверда впевненість у своїх силах, успіху; висока здатність протистояти роздратуванню; висока емоційна стійкість до тривалих напружених навантажень, ризику, небезпеки.

Середній показник передбачає: здатність управляти своїми емоціями, уміння мобілізувати себе на виконання поставленого завдання, упевненість у своїх силах, успіху, здатність протистояти роздратуванню; достатню емоційну стійкість до тривалих навантажень, ризику, небезпеки.

Низький показник свідчить про таке: недостатньо виражене вміння управляти собою в складних ситуаціях; невміння керувати своїми емоціями; відсутність здатності мобілізувати себе на виконання поставлених завдань; брак упевненості у своїх силах, успіху; нездібність протистояти дії виражених подразників; низька емоційна стійкість до тривалих напружених навантажень, ризику, небезпеки.

Інструкція. Опитувальник містить висловлювання, які необхідно співвіднести з вашим ставленням до виконання службово-бойової діяльності. Оцініть кожне наведене нижче твердження, використовуючи таку шкалу оцінок: 0 – це точно про мене; 1 – це на мене схоже; 2 – це схоже на мене, але немає впевненості; 3 – не наважуюся віднести це до себе; 4 – сумніваюся, що це можна віднести до мене; 5 – у більшості випадків мені це не властиво; 6 – це мене зовсім не стосується.

Бланк методики

№ пор.	Твердження	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це невластиво	Це мене зовсім не стосується
1	Зміна способу діяльності не завдає мені незручностей							
2	Професійна гідність для мене не настільки значуща, аби змусити виконувати дії, небезпечні для життя							
3	Інколи мені важко наважитися на дії в небезпечних ситуаціях без додаткового зовнішнього спонукання							
4	Моє вміння спілкуватися з колегами допомагає виконувати складні службово-бойові завдання							
5	Мені не завжди вдається впливати на події, що відбуваються навколо							
6	Почуття обов'язку не є для мене важливим мотиватором для виконання поставлених службово-бойових завдань							
7	Будь-яка нова справа викликає в мене передчуття неприємності							
8	Іноді мені важко втілювати свої ідеї в життя, бо вони здаються мені нездійсненними							
9	Я завжди тією чи іншою мірою усвідомлюю вплив моїх дій на оточення							
10	Інколи події, що виникають у небезпечних ситуаціях, викликають у мене розгубленість і занепокоєння							
11	У небезпечних ситуаціях я невпевнений у своїх колегах, бо здається, що вони не здатні мене емоційно підтримати й заспокоїти							
12	Очікуючи на важливі події, я заздалегідь намагаюся уявити послідовність своїх дій у разі будь-якого їх розвитку							
13	Інколи я кидав розпочату справу, оскільки боявся не впоратися з нею							
14	На мою думку, недоцільно замислюватися над тим, як мої рішення позначаються на якості виконання поставленого завдання							
15	Під час виконання службово-бойового завдання я інколи втрачаю зручну нагоду через те, що недостатньо швидко приймаю рішення							

№ пор.	Твердження	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це невласливо	Це мене зовсім не стосується
16	Усвідомлення суспільної значущості моїх дій не впливає на якість виконання поставлених службово-бойових завдань							
17	Я продуктивно працюю завдяки власній цілеспрямованості, а не зовнішньому контролю							
18	Я вважаю, що одноосібна діяльність є результативнішою за спільну							
19	Нездатність точно спрогнозувати результат дій не заважає мені виконувати поставлені службово-бойові завдання							
20	У небезпечних ситуаціях мені притаманніші відчайдушні вчинки, ніж ретельно продумані дії							
21	Я не можу звернутися зі своїми проблемами до будь-кого, бо відчуваю страх, що це коли-небудь буде використано проти мене							
22	У разі прийняття важливого службового рішення мене охоплює страх: а раптом я помиляюся?							
23	Під час прийняття рішення в небезпечній ситуації я не маю часу замислюватися над тим, як воно позначиться на оточенні							
24	Я сумніваюся, що можу розраховувати на підтримку колег у небезпечній ситуації							
25	Я чітко уявляю собі, як вирішувати проблемні питання, що виникають у небезпечних ситуаціях							

Обробка та інтерпретація результатів

Шкала 1 “Мотивація обов’язку”. Прямий підрахунок – 9; зворотний підрахунок: 2, 6, 16, 23.

Шкала 2 “Професійна витривалість”. Прямий підрахунок – 17; зворотний підрахунок: 3, 7, 10, 20.

Шкала 3 “Взаємодопомога і довіра”. Зворотний підрахунок: 4, 11, 18, 21, 24.

Шкала 4 “Професійна компетентність”. Прямий підрахунок: 1, 12; зворотний підрахунок: 8, 14, 19.

Шкала 5 “Вольове зусилля”. Прямий підрахунок – 25; зворотний підрахунок: 5, 13, 15, 22.

Оскільки у підрахунку балів за кожним блоком і за методикою в цілому діагностично значущими є в одних випадках позитивні полюси відповідей, а в інших – негативні, що передбачає відповідно прямий і зворотний перерахунок балів, то було розроблено таблицю для переведення відповідей обстежуваних у бали (табл. 2.39).

Таблиця 2.39 – Переведення відповідей у бали при прямому і зворотному підрахунку

Варіанти відповідей	Прямий підрахунок	Зворотний підрахунок
Це точно про мене	6	0
Це на мене схоже	5	1
Це схоже на мене, але немає впевненості	4	2
Не наважуюся віднести це до себе	3	3
Сумніваюся, що це можна віднести до мене	2	4
У більшості випадків мені це невласливо	1	5
Це мене зовсім не стосується	0	6

Твердження кожного блока утворюють шкали методики, отже, відповідно до розташування тверджень в опитувальнику та діагностично значущого полюсу відповіді створено ключі до розроблюваної методики. Підрахунок за кожною шкалою методики здійснюється шляхом додавання всіх відповідей на твердження, що утворюють шкалу, переведених за таблицею в бали. Передбачається, що загальний бал за методикою – загальний показник психологічної готовності особистості до професійної діяльності, вираховується додаванням балів за п'ятьма шкалами методики.

Розроблена методика як за змістом, так і специфікою оцінювання психологічної готовності особистості до діяльності має самостійне значення і розширює можливості деяких традиційних методик.

2.5.6 Методика “Психологічна готовність до ризику військовослужбовців” (О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. І. Приходько, Н. В. Юрьєва)

Колективом науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності НГУ (О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. І. Приходько, Н. В. Юрьєва) було розроблено психодіагностичну методику, в яку закладено 4 шкали і 3 рівні розвитку психологічної готовності до ризику.

Здатність до вольової мобілізації – спроможність людини розробляти, коригувати й реалізовувати план дій відповідно до мінливої ситуації. Найефективнішою виявляється стратегія, коли план дій в екстремальних умовах виробляється в загальних рисах і відразу без затримки починається його

реалізація, яка потребує гнучкості й урахування змін обстановки. Крім того, психологічна готовність до ризику військовослужбовця як обов'язковий елемент включає здатність виконувати поставлене службово-бойове завдання в екстремальних умовах, сама зосередженість на процесі виконання завдання зменшує психічну травматизацію.

Військова товарицькість – здатність людини в екстремальній ситуації покладатися на товариша. Взаємодія в екстремальній ситуації має свої особливості: з одного боку, це висока довіра, з іншого – чіткість, імперативність актів спілкування. Важлива здатність особистості – надавати і приймати допомогу. Обидва ці акти дозволяють залучати смисловий рівень протидії стресу (за формулою “ти не один”), ділитися досвідом подолання стресу, надавати вчасну психологічну допомогу в разі появи перших ознак негативних психічних реакцій і станів (вчасно надана само- та взаємодопомога здатна зупинити розвиток афекту). Спільна праця дозволяє коригувати недоліки дій один одного і відповідно збільшувати ймовірність досягнення позитивного результату: успішність діяльності є фактором, який дозволяє зменшувати психічну травматизацію. Колективна робота також дозволяє контролювати вияв уваги і, таким чином, зменшувати ймовірність помилок і фізичних травм.

Професійна ідентичність – підтримання людиною загальноприйнятих цінностей соціальної корпоративної групи. Професійна ідентичність військовослужбовців передбачає орієнтацію на такі цінності, як “любов до Батьківщини”, “захист Батьківщини”, “захист слабих”, “боротьба з ворогами”, “професійний обов'язок” – усі ці цінності за їх інтеріоризації дозволяють піднятися над своїми власними негативними переживаннями, що є виробленим суспільством способом захисту військовослужбовців від психічної травматизації. Крім того, для військовослужбовців важливе прийняття свого підпорядкованого статусу (виконувати наказ), усвідомленого обов'язку ризикувати власним життям (“Якщо не ми, то хто?”). Це дозволяє таким мотивам отримувати перевагу в разі так званої “боротьби мотивів” – важливого компонента вольового акту, крім того, таке прийняття зменшує витрати психологічних ресурсів.

Самовладання – здатність людини утримуватися від імпульсивних дій, не піддаватися негативним переживанням, паніці, стримувати свій страх, зберігати цілеспрямованість діяльності. Досвід перебування в екстремальних ситуаціях є підставою для вироблення позитивних стратегій їх подолання та адаптації до них, а також формування засобів саморегуляції, які дозволяють зберігати спокій, упевненість у собі і своїх діях, зберігати цілеспрямованість діяльності. Проте можливий негативний досвід перебування в екстремальній ситуації може сформувати надмірну тривожність, обережність, уникнення або, навпаки, – вихід за рамки адаптації до екстремальної ситуації – схильність до ризикованих дій як демонстрація своєї переваги над ситуацією (невмотивована готовність до ризику, за В.А. Петровським).

Сумарний показник за цими шкалами визначає психологічну готовність до ризику військовослужбовців і має три рівні.

Високий рівень психологічної готовності до ризику. Військовослужбовець із таким рівнем має відповідно сформовані компоненти психологічної готовності до ризику, що дозволяє йому бути впевненим у своїй спроможності ефективно виконувати поставлені службово-бойові завдання в умовах небезпеки для життя за рахунок розвинених механізмів саморегуляції, здатності залучати зовнішні і внутрішні ресурси, консолідувати психологічні ресурси в напрямку реалізації поставлених завдань і демонструвати високий рівень готовності до ризику.

Середній рівень психологічної готовності до ризику. Військовослужбовець, у якого визначено середній рівень готовності до ризику, не маючи достатнього позитивного досвіду подолання стресових ситуацій, не завжди здатний долати напруження і виявляти гнучкість, ефективність діяльності в разі зміни умов виконання поставлених службово-бойових завдань. Недостатня впевненість у собі, схильність до мета-почуттів, роздратування не дозволяють йому ефективно використовувати наявні ресурси, що надає військова товарицькість і професійна ідентичність.

Низький рівень психологічної готовності до ризику. Військовослужбовець, у якого діагностовано низький рівень готовності до ризику, практично нездатний до ризику заради порятунку інших. Він характеризується низькою рефлексивністю, і не в останню чергу через знижений інтелектуальний розвиток, і як наслідок, слабо розвиненими механізмами саморегуляції, самоврядування, вольової і смислової регуляції, низькою інтернальністю. Зосередженість на своїх потребах не дозволяє такому військовослужбовцю використовувати психологічні ресурси, що надає професійна ідентичність і військова товарицькість.

Інструкція. За запропонованою шкалою оцініть наведені нижчі твердження відповідно до того, наскільки вони описують ваше ставлення і досвід виконання службово-бойових завдань у небезпечних для здоров'я та життя умовах.

Бланк методики

	Твердження, які описують ставлення і досвід виконання службово-бойових завдань у небезпечних для життя умовах	Цілком згоден	В основному згоден	Важко відповісти	В основному не згоден	Цілком не згоден
1	Досвід виконання службово-бойових завдань у небезпечних для життя умовах довів мені необхідність взаємодопомоги та довіри до товаришів по службі					
2	Я вважаю, що тривога перед небезпечним завданням має готувати людину до різних варіантів небезпеки, а не до її уникнення					
3	Я усвідомлюю, що виконання професійного обов'язку може вимагати від мене дій, пов'язаних із ризиком для життя					

Продовження бланка

	Твердження, які описують ставлення і досвід виконання службово-бойових завдань у небезпечних для життя умовах	Цілком згоден	В основному згоден	Важко відповісти	В основному не згоден	Цілком не згоден
4	Я можу самостійно (без наказу, умовлянь) прийняти рішення про участь у виконанні службово-бойових завдань у небезпечних для життя умовах					
5	Я намагаюсь уникати відповідальних завдань, аби не піддавати загрози життя своїх товаришів					
6	Після пережитої невдачі під час виконання службово-бойового завдання в умовах загрози для життя я побоююся братися за аналогічні (подібні) завдання					
7	Я не розумію військовослужбовців, які без сумніву готові ризикувати життям, мотивуючи це висловом “якщо не ми, то хто?”					
8	Моя недостатня здатність долати емоційне напруження не дозволяє мені виявляти гнучкість у разі зміни умов виконання поставленого завдання					
9	Пережиті невдачі зробили мене недовірливим і підозрілим навіть до товаришів по службі, котрих, як мені здавалось, я добре знав					
10	Я побоююся, що не зможу подолати свої страхи, осоромлюся в небезпечних для життя ситуаціях					
11	Я не вважаю виправданим ризик заради порятунку інших					
12	Невпевненість у собі, своїй підготовці не дозволяє мені змінювати попередній план дій, коригуючи його під зміни обстановки, і досягати успіху в заздалегідь непередбачених умовах					
13	В екстремальних ситуаціях мені допомагають навіть прості короткі слова підтримки товаришів, розуміння, що я не один протистою небезпеці					
14	Я б не хотів потрапити в ситуації, які стали б перевіркою для моєї сміливості					
15	Лише цивільні можуть вважати, що чітке виконання наказів командира в небезпечних для життя умовах – це свідчення несамостійності, безініціативності і навіть боягузтва					
16	Я здатен настільки зосередитися на процесі дій, що перестаю думати про небезпечність ситуації, в якій доводиться діяти					
17	В екстремальних умовах я ловлю себе на думці, що перестаю реагувати на вимоги командирів, поради товаришів					
18	Острах зганьбитися позбавляє мене впевненості під час виконання службово-бойового завдання в небезпечних для життя умовах					
19	Я досі неготовий прийняти той факт, що ризик життям – це частина вибраної мною професії					

	Твердження, які описують ставлення і досвід виконання службово-бойових завдань у небезпечних для життя умовах	Цілком згоден	В основному згоден	Важко відповісти	В основному не згоден	Цілком не згоден
20	Навіть упевненість, що від моїх дій залежить життя інших, не може мобілізувати мене для дій у небезпечних для життя умовах					
21	Я усвідомлюю доцільність чіткості й суворості військової мови, яка використовується для взаємодії в екстремальних ситуаціях					
22	Страх здатен повністю паралізувати мою волю					
23	Я усвідомлюю, що успіх виконання моїм підрозділом службово-бойового завдання залежить від того, наскільки точно я здатен виконати поставлене мені завдання навіть у небезпечних для життя умовах					
24	Мені складно самому зробити перший крок назустріч небезпеці					
25	Я готовий допомогти товаришеві приборкати тривогу і страх під час виконання небезпечного завдання					
26	Я знаю, як угамувати свою тривогу, коли доводиться діяти в небезпечних умовах					
27	Заради життя товаришів ризикують лише у старих фільмах					
28	Чим швидше в небезпечних умовах я переходжу від планування до реальних дій, тим швидше відступають тривога і сумніви					
29	У небезпечній ситуації довіра до командира надає мені впевненості					
30	Пережитий страх у небезпечних для життя умовах учить бути дуже вправним і завчасно формувати навички, необхідні військовослужбовцю					
31	Я не належу до тих, хто перекладає свій обов'язок ризикувати життям заради безпеки цивільних на інших					
32	Саме моя здатність діяти відповідно до змін обстановки під час виконання завдання в небезпечних умовах часто ставала запорукою успіху					

Обробка та інтерпретація результатів

Підраховуємо суму балів за шкалами згідно з ключем, ураховуючи переведення відповідей при прямому і зворотному підрахунку (див. табл. 2.40).

Шкала “Здатність до вольової мобілізації”. Прямий: 4, 16, 28, 32; зворотний: 8, 12, 20, 24.

Шкала “Військова товарицькість”. Прямий: 1, 21, 25, 29; зворотний: 5, 9, 13, 17.

Шкала “Професійна ідентичність”. Прямий: 3, 15, 23, 31; зворотний: 7, 11, 19, 27.

Шкала “Самовладання”. Прямий: 2, 26, 30; зворотний: 6, 10, 14, 18, 22.

Таблиця 2.40 – Переведення відповідей у бали при прямому і зворотному підрахунках

Варіанти відповідей	Прямі твердження	Зворотні твердження
Цілком згоден	4	0
В основному згоден	3	1
Важко відповісти	2	2
В основному не згоден	1	3
Цілком не згоден	0	4

Використання методики в роботі з різними категоріями військовослужбовців дозволило визначити попередні норми для них. Ці дані наведено в табл. 2.41.

Аналізуючи норми для різних категорій, зазначимо, що чим більший бойовий досвід у військовослужбовця, тим більше норми зміщені до полюсу максимальних значень. Такий зсув максимально виражений в офіцерів, серед яких практично не залишилося осіб, які не мають досвіду участі в бойових діях.

Таблиця 2.41 – Норми показників за методикою “Психологічна готовність до ризику” для різних категорій військовослужбовців НГУ

Шкали	Рівні	Групи				
		Загальна вибірка	Офіцери	В/сл. за контрактом	В/сл. строк. служби	Курсанти
Здатність до вольового зусилля	Високий	27–32	29–32	28–32	23–32	25–32
	Середній	18–26	23–28	19–27	17–22	16–24
	Низький	0–17	0–22	0–18	0–16	0–15
Військова товарицькість	Високий	26–32	27–32	27–32	23–32	25–32
	Середній	19–25	22–26	20–26	16–22	18–24
	Низький	0–18	0–21	0–19	0–15	0–17
Професійна ідентичність	Високий	29–32	30–32	30–32	25–32	26–32
	Середній	19–28	23–29	20–29	15–24	19–25
	Низький	0–18	0–22	0–19	0–14	0–18
Самовладання	Високий	29–32	29–32	30–32	26–32	29–32
	Середній	20–28	23–28	20–29	17–25	19–28
	Низький	0–19	0–22	0–19	0–16	0–18
Загальна	Високий	109–128	112–128	113–128	95–128	102–128
	Середній	75–108	91–111	78–112	64–94	72–101
	Низький	0–74	0–90	0–77	0–63	0–71

Структурні компоненти психологічної готовності до ризику військовослужбовців НГУ мають специфіку прояву залежно від особливостей їх військово-професійного статусу та набуття професіоналізму.

Так, у офіцерів психологічна готовність до ризику тим вища, чим адекватніше розв’язані суперечності, що визначають їх професійне становлення: повний контроль над собою і ситуацією – здатність виявляти спонтанність, діяти відповідно до ситуації (іти за ситуацією); узяття на себе

повну відповідальність за підлеглих – делегування відповідальності підлеглим; відверті – формальні стосунки з підлеглими; розумна обережність – сміливість.

У військовослужбовців НГУ військової служби за контрактом до таких суперечностей належать: точність виконання наказу – здатність виявляти тактичну гнучкість під час виконання наказу, а також довіра до командира – виконавча самостійність; висока довіра товаришам – суворість у міжособистісних стосунках; напруження-спокій як особливості саморегуляції в разі прогнозування небезпеки, вироблені на основі досвіду; обережність – схильність до ризикованих дій як особливості виконавчих дій, вироблені на основі досвіду.

У військовослужбовців НГУ строкової служби психологічна готовність до ризику багато в чому є похідною від особливостей їх соціалізації, а не професіоналізації, а також від того, як було розв'язано суперечності, що визначають набуття статусу у військовому колективі: конформізм – здатність протиставити себе групі (нонконформізм); рефлексивність і чутливість до різних аспектів ситуації – самовпевненість; обережність – прагнення показати себе (використання ризикованих дій).

Залежність психологічної готовності до ризику від набуття професіоналізму є дійсним лише для фахівців ризиконебезпечних професій, зміст яких і передбачає дію в екстремальних ситуаціях.

2.5.7 Психодіагностична методика “Психологічна безпека особистості” (І. І. Приходько)

Важливим моментом здійснення ефективного психологічного забезпечення діяльності військовослужбовців НГУ є моніторинг психологічної безпеки особистості. Для цього використовують розроблену колективом науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності НГУ Національної академії НГУ на чолі з І. І. Приходьком психодіагностичну методику “Психологічна безпека особистості” або експрес-методику “Експрес-діагностика психологічної безпеки особистості фахівця екстремального виду діяльності”, що містить 28 тверджень.

Розробляючи концепцію методики, автори також виходили з того, що під час діагностики військовослужбовців Національної гвардії України (і представників інших правоохоронних і силових структур) найважливішим є визначення не стільки особливостей забезпечення власної психологічної безпеки, скільки визначення вад, неспроможності сформованого в них механізму забезпечення психологічної безпеки.

Для кожного блока методики було сформульовано по 25 тверджень. Дві третини тверджень відповідно до завдання діагностики вад механізмів забезпечення психологічної безпеки особистості сформульовано негативним полюсом. Зазначимо, що форму тверджень вибрано свідомо. Досвід показує, що у такої специфічної вибірки, як військовослужбовці, правоохоронці,

представники інших силових структур, доволі виражений ефект фасаду (прагнення створити для оточення, а особливо для контролюючих людей, позитивний, схвальний образ себе), і форма тверджень (на відміну від негативно сформульованих запитань) здатна більше протистояти цьому ефекту. Коли всі твердження сформульовано лише негативним чином, обстежувані досить швидко дистанціюються від поставленого завдання відповідати згідно з власними відчуттями, враженнями, думками тощо і досить швидко виробляють стратегію повного заперечення запропонованих діагностичних ситуацій.

Інструкція. Опитувальник містить висловлювання, які необхідно співвіднести з вашим способом життя: переживаннями, думками, звичками, стилем поведінки, особливостями взаємин з оточенням. У кожному рядку на перетині зі стовпцем, який відповідає вашому варіанту відповіді, поставте знак “Х”.

Текст опитувальника

	Висловлювання	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це не властиво	Це мене зовсім не стосується
1	Люди вважають мене стриманою і розсудливою людиною							
2	Я безумовно можу назвати себе цілеспрямованою людиною							
3	У душі я оптиміст і вірю в краще							
4	Я довго переживаю конфуз, що зі мною трапився, допущений промах, помилку в роботі							
5	Мене легко збентежити							
6	Мені не просто брати відповідальність на себе і самому приймати рішення							
7	Я розчарований багатьма своїми досягненнями в житті							
8	У мене часто виникає почуття провини, навіть коли звинувачувати себе, здавалося б, немає в чому							
9	У спілкуванні з людьми на роботі (службі) мене часто підводять нерви							
10	Я не очікую отримати від життя те, чого дійсно бажаю							
11	Мені все швидко набридає або розчаровує							
12	Я задоволений тим, як склалося моє життя							
13	Я схильний дотримуватися загальноприйнятих правил поведінки							
14	Я довго не можу прийняти рішення, а потім довго сумніваюся в його правильності							

Продовження бланка

	Висловлювання	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це не властиво	Це мене зовсім не стосується
15	Я не дуже добре усвідомлюю, чого хочу досягти в житті							
16	Люди мене недооцінюють							
17	Людина, яка мене не розуміє, викликає в мене роздратування							
18	Якщо мені не вдається справа, успіх у якій для мене особливо важливий, то мені стає важко взагалі щось робити							
19	Приймаючи рішення у складній життєвій ситуації, я думаю, як воно позначиться на близьких мені людях, колегах							
20	Я часто звинувачую себе за безвілля, а вдіяти з цим нічого не можу							
21	Я часто почуваю себе приниженим							
22	Я досить швидко можу підлаштувати свої плани до нових обставин							
23	У своїх вчинках я не зобов'язаний урахувати інтереси інших людей							
24	У мене часто виникає передчуття, що на мене чекають якісь неприємності							
25	Мені здається, що люди байдужі до того, що зі мною станеться							
26	Я вмію розраховувати свій час так, аби все робити вчасно							
27	Мене не хвилюють проблеми інших людей							
28	Я довго переживаю через несправедливість стосовно себе							
29	Мені важко підтримувати стосунки з людьми, з якими я щойно познайомився							
30	Коли потрібно приймати важливі життєві рішення, мене охоплює страх, а раптом я не впораюся							
31	Мої думки постійно повертаються до можливих неприємностей і мені важко спрямовувати їх в інше русло							
32	У мене часто буває тужливий настрій							
33	Моє вміння спілкуватися з людьми сприяє вирішенню життєво важливих для мене проблем							
34	Мені абсолютно зрозуміло, як вирішувати проблеми, що стоять переді мною							
35	Я невдаха							

Продовження бланка

	Висловлювання	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це не властиво	Це мене зовсім не стосується
36	Я вважаю, що іноді не гріх пожаліти самого себе							
37	Мої друзі і близькі вважають мене людиною вихованою та інтелігентною							
38	Коли хтось скаржиться, що життя нудне, мені здається, що він просто не вміє бачити цікаве							
39	Моє життя варте того, щоб жити далі							
40	Мені часто спадає думка, що я живу неправильно							
41	Я знаю, що є люди, налаштовані проти мене							
42	Я завжди можу вплинути на результат того, що відбувається навколо мене							
43	Мені здається, що життя проходить повз мене							
44	Я часто про щось тривожуся							
45	Я уникаю занадто близьких стосунків, щоб не втратити особисту свободу							
46	Мені часто бракує завзятості закінчити почату справу							
47	Я намагаюся бути в курсі всього, що відбувається навколо мене							
48	Життя для мене майже завжди пов'язане з напруженням							
49	Підтримання близьких стосунків пов'язане для мене з труднощами і розчаруваннями							
50	У мене часто немає можливості впливати на несподівані проблеми							
51	Моє життя видається мені вкрай безглуздим							
52	У новій обстановці я майже завжди відчуваю тривогу							
53	Коли засмучений, я використовую занадто сильні вирази							
54	Я марную слушну нагоду через те, що недостатньо швидко приймаю рішення							
55	Навколишній світ і події в ньому часто викликають у мене розгубленість і занепокоєння							
56	Як правило, я пишаюся тим, який я і який спосіб життя веду							
57	Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити у стосунках, що склалися в мене з оточенням							
58	У складних ситуаціях я вважаю доцільним чекати, поки проблеми вирішаться самі собою							
59	У житті я ще не знайшов свого покликання							
60	Іноді я стаю занепокоєним із невідомої причини							

Продовження бланка

	Висловлювання	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це не властиво	Це мене зовсім не стосується
61	Я зазнаю труднощів, коли намагаюся змінювати свою поведінку так, аби вона відповідала поглядам різних людей і ситуаціям							
62	Я приймаю рішення і дію самостійно, не сподіваючись на долю							
63	У моєму житті дуже багато невизначеності – чимало залежить від випадку							
64	Я почуваю себе непотрібним							
65	Я не можу розкритися перед іншими і попросити допомоги в них навіть у дуже скрутних для мене ситуаціях							
66	Як правило, я вважаю себе відповідальним за те, як я живу							
67	Коли потрапляю у складну ситуацію, я намагаюся знайти плюси в усьому, що відбувається							
68	Я занепадаю духом через те, що все проти мене							
69	Для мене важливо завжди зберігати теплі стосунки в моїй родині і з моїми друзями							
70	Якщо справа в мене йде погано, мені відразу хочеться все кинути							
71	Часто я дорікаю собі за те, що використовую не всі свої здібності							
72	Я мучу себе самозвинуваченнями							
73	Немає нікого, до кого я міг би звернутися зі своїми проблемами							
74	Я схильний до прояву ініціативи							
75	Тільки ризикуючи життям, я відчуваю його цінність							
76	Я довго пам'ятаю зневагу й образи, яких мені завдали							
77	Я не можу ні до кого звернутися зі своїми проблемами, не відчуваючи страху, що врешті це якось буде використано проти мене							
78	У мене є бажання чимало змінити у своєму способі життя, але бракує сил							
79	Я не завжди замислююся над тим, як мої рішення позначаються на моїх близьких, колегах							
80	Іноді у мене буває таке відчуття, що переді мною постало стільки труднощів, які подолати просто неможливо							

	Висловлювання	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це не властиво	Це мене зовсім не стосується
81	Я продуктивно працюю в силу власної цілеспрямованості, а не через зовнішній контроль							
82	Я вважаю, що доля цілком несправедлива до мене							
83	Маса дрібних неприємностей мене виводить із себе							
84	Якщо я ризикую, то, імовірно, з розумом, а не відчайдушно							
85	Я можу сказати, що в цілому я контролюю свою долю							
86	Коли зі мною трапляються неприємності, мені нічого не хочеться робити							
87	Потрапляючи в конфліктну ситуацію, я не завжди думаю про те, як мої вчинки позначаться на моєму житті в подальшому							
88	Думаю, що інші в цілому оцінюють мене досить високо							

Обробка та інтерпретація результатів

Підраховується сума балів за кожною шкалою згідно з ключем.

Шкала 1 “Морально-комунікативна”. Прямий підрахунок: 1, 13, 33, 37, 69; зворотний підрахунок: 5, 9, 17, 21, 25, 29, 41, 45, 49, 53, 57, 61, 65, 73, 77.

Шкала 2 “Мотиваційно-вольова”. Прямий підрахунок: 2, 22, 26, 34, 38, 42, 62, 66, 74, 81, 84; зворотний підрахунок: 6, 10, 14, 18, 30, 46, 50, 54, 58, 70, 78, 86.

Шкала 3 “Ціннісно-сміслова”. Прямий підрахунок: 3, 19, 39, 67, 85; зворотний підрахунок: 7, 11, 15, 23, 27, 31, 35, 43, 47, 51, 55, 59, 63, 71, 75, 79, 82, 87.

Шкала 4 “Внутрішнього благополуччя”. Прямий підрахунок: 12, 56, 88; зворотний підрахунок: 4, 8, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 60, 64, 68, 72, 76, 80, 83.

Шкала 1 “Морально-комунікативна” відображає дію такого механізму забезпечення психологічної безпеки, як вільне використання морально-комунікативних норм для підтримання необхідного (комфортного) рівня стосунків; гнучка контрольованість стосунків, відкритість новим стосункам, допомозі; міжособистісна толерантність.

Високі показники за цим блоком свідчать про відповідальність за свої стосунки та довіру близьким людям; здатність установлювати й підтримувати близькі стосунки; гнучкий контроль стосунків з оточенням: прийняття оточення таким, яким воно є, толерантність у міжособистісних стосунках; знання і використання соціальних норм для підтримання необхідних (комфортних) стосунків.

Низькі показники – залежність від інших або страх бути від них залежним і, як наслідок, прагнення ізольованості, відгородженості, самотності. Немоżliвість установлювати й підтримувати стосунки, уникнення близьких стосунків. Залежність від норм, що регулюють соціальні стосунки (соціальні норми сприймаються як обмежувачі).

Шкала 2 “Мотиваційно-вольова” відображає дію такого механізму забезпечення психологічної безпеки, як гнучка перебудова стосунків з оточенням, котра дозволяє завжди бути провідним у цих стосунках (активність як типологічна властивість), розвинене цілепокладання, активне планування (як уміння вписати нові завдання в уже створений план, змінити план відповідно до несприятливих обставин), інтенсивність у постановці цілей і гнучкість у їх коригуванні і засобах досягнення.

Високі показники за цим блоком свідчать про розвинені вольові якості, у тому числі силу волі, цілеспрямованість, витримку, активне планування і розумний контроль своєї життєдіяльності, мотивацію досягнення, внутрішній локус контролю (інтернальність), ініціативність, самостійність і незалежність мислення, схильність до новаторства і виправданого ризику, життєстійкість.

Низькі показники свідчать про безвольність, неорганізованість, нестійкість до життєвих труднощів, мотивацію уникнення невдач, пасивність, залежність у прийнятті рішень, низький контроль своєї життєдіяльності.

Шкала 3 “Ціннісно-смилова” відображає дію такого механізму забезпечення психологічної безпеки, як усвідомленість життя, що дозволяє в разі необхідності піднятися над конкретною травматичною ситуацією і не бути афективно поглинутим нею; знайти додатковий психологічний ресурс в інших сферах свого життя для подолання травматичної ситуації.

Високі показники за цим блоком свідчать про усвідомленість власного життя, смислову регуляцію активності; включеність у життя оточення, відповідальність, здатність піднятися над ситуацією (власними бажаннями й егоїстичними потребами); активне подолання труднощів, активні і продуктивні стратегії подолання (копінг).

Низькі показники – відсутність усвідомлення цінності власного життя, його сенсу; потребова регуляція власної активності, егоїстичність, залежність від ситуації, підпорядкованість обставинам; непродуктивні механізми подолання (копінг), схильність до екстриму та ризику як засобу відчутти сенс життя.

Шкала 4 “Внутрішнього благополуччя” відображає дію такого механізму забезпечення психологічної безпеки, як пошук ситуацій психологічного комфорту, відчуття благополуччя, відсутності тривоги, відображає впевненість

у собі, своїх силах, у тому, що подобаєшся оточенню; прагнення до високої якості життя.

Високі показники за цим блоком свідчать про впевненість у собі, власній привабливості для оточення, задоволеність життям і своїми стосунками, прагнення до високої якості життя, низьку тривожність.

Низькі показники свідчать про високу тривожність, невпевненість у собі, своїй привабливості для оточення; внутрішньо неприємні відчуття (можливо, іпохондрія).

2.5.8 Експрес-методика “Психологічна безпека особистості” (І. І. Приходько)

Для роботи з військовослужбовцями, які виконують службово-бойові завдання у стресових ситуаціях, розроблено експрес-методику діагностики психологічної безпеки особистості. Із загального опитувальника було відібрано по 7 тверджень для кожної шкали (усього 28). Усі твердження в повному варіанті опитувальника мають негативне формулювання. Проте для діагностики осіб, які щойно пережили стресові події, легше визначити ті особливості, яких у них немає, ніж здійснити самоідентифікацію. Крім того, як показали результати дослідження, саме антиідентифікація є одним із механізмів, що дозволяє змобілізуватися в екстремальній ситуації, коли функціонує трансформована система психологічної безпеки особистості. Однак вибір лише негативних тверджень змусив залишити всю лінійку відповідей, яка містить 7 градацій. Такий формат зручно використовувати в польових умовах.

Інструкція. Опитувальник містить твердження, які необхідно співвіднести з вашими відчуттями, переживаннями, думками, звичками, особливостями взаємин з оточенням. Для цього в кожному рядку на перетині зі стовпцем, що відповідає вашому варіанту відповіді, поставте знак “Х”. Намагайтеся максимально використовувати запропоновані градації відповідей.

	Твердження	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це не властиво	Це мене зовсім не стосується
1	Мені часто спадає на думку, що я живу неправильно							
2	Мене легко збентежити							
3	Я не вважаю себе цікавою, значущою людиною							
4	Я мучу себе самозвинуваченнями							
5	Мені здається, що життя проходить повз мене							
6	Мені не просто брати відповідальність на себе і самому приймати рішення							

	Твердження	Це точно про мене	Це на мене схоже	Це схоже на мене, але немає впевненості	Не наважуюся віднести це до себе	Сумніваюся, що це можна віднести до мене	У більшості випадків мені це не властиво	Це мене зовсім не стосується
7	Мені складно швидко підлаштовувати свої плани до обставин, що змінилися							
8	Я не можу ні до кого звернутися зі своїми проблемами, не відчуючи страху, що зрештою це якось буде використано проти мене							
9	Підтримання близьких стосунків пов'язане для мене з труднощами й розчаруваннями							
10	У мене часто виникає почуття провини, навіть коли звинувачувати себе, здавалося б, немає в чому							
11	Труднощі у спілкуванні з оточенням заважають мені вирішувати життєво важливі проблеми							
12	Я вважаю, що доля цілком несправедлива до мене							
13	Моє життя видається мені вкрай безглуздим							
14	Я довго не можу прийняти рішення, а потім довго сумніваюся в його правильності							
15	Мене мало цікавить те, що відбувається навколо мене							
16	Мені здається, що люди не зацікавлені й байдужі до того, що зі мною трапиться							
17	Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити у стосунках, які склалися в мене з оточенням							
18	Коли зі мною трапляються неприємності, мені нічого не хочеться робити							
19	Коли я потрапляю у складну ситуацію, я починаю сприймати все, що відбувається, негативно							
20	Якщо хтось поводить себе зі мною грубо, я відповідаю тим самим							
21	У складних ситуаціях я вважаю доцільним чекати, поки проблеми вирішаться самі собою.							
22	Мені важко підтримувати стосунки з людьми, з якими я щойно познайомився							
23	Я не схильний до прояву ініціативи							
24	У своїх вчинках я не зобов'язаний урахувати інтереси інших людей							
25	Я почуваю себе непотрібним							
26	Коли потрібно приймати важливі життєві рішення, мене охоплює страх: а раптом я не впораюся							
27	Моя імпульсивність штовхає мене на необдумані, ризиковані вчинки							
28	Людина, яка мене не розуміє, викликає в мене роздратування							

Обробка та інтерпретація результатів

Шкала 1 “Посттравматичне зростання”. Зворотний підрахунок балів за твердженнями: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25.

Шкала 2 “Стратегії опанування стресових ситуацій (копінги)”. Зворотний підрахунок за твердженнями: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26.

Шкала 3 “Ціннісно-смилова”. Зворотний підрахунок балів за твердженнями: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27.

Шкала 4 “Морально-вольова врегульованість (нормативність)”. Бали за цією шкалою підраховують як суму за підшкалами:

4.1. “Довіра”. Зворотний підрахунок за твердженнями: 4, 8, 12, 16.

4.2. “Повага до інших”. Зворотний підрахунок за твердженнями: 20, 24, 28.

Інтегральний показник психологічної безпеки особистості розраховується як сума за 4 шкалами.

У таблиці 2.42 наводяться результати нормування розробленої експрес-методики для звичайних ситуацій життєдіяльності військовослужбовців.

Таблиця 2.42 – Норми за шкалами експрес-методики “Психологічна безпека особистості” для військовослужбовців Національної гвардії України, які перебувають у звичайних умовах

Категорія в/с	Рівень показників у ПБО	Шкали				
		Морально-комунікативна	Мотиваційно-вольова	Ціннісно-смилова	Внутрішнього комфорту	Загальна
Офіцери	Високий	41 – 42	41 – 42	42	42	162 – 168
	Середній	24 – 40	27 – 40	26 – 41	26 – 41	105 – 161
	Низький	0 – 23	0 – 26	0 – 25	0 – 25	0 – 104
В/с контр. служби	Високий	37 – 42	37 – 42	32 – 42	36 – 42	140 – 168
	Середній	23 – 36	23 – 36	20 – 31	28 – 35	100 – 139
	Низький	0 – 22	0 – 22	0 – 19	0 – 27	0 – 99
Курсанти	Високий	36 – 42	39 – 42	36 – 42	41 – 42	146 – 168
	Середній	20 – 35	20 – 38	20 – 35	22 – 40	84 – 145
	Низький	0 – 19	0 – 19	0 – 19	0 – 21	0 – 83
Загальна вибірка в/с НГУ	Високий	39 – 42	40 – 42	38 – 42	41 – 42	151 – 168
	Середній	22 – 38	23 – 39	22 – 37	25 – 40	95 – 150
	Низький	0 – 21	0 – 22	0 – 21	0 – 24	0 – 149

2.5.9 Шкала реактивної та особистісної тривоги (Ч. Спілберг – Ю. Ханін)

Розроблена Ч. Д. Спілбергером і адаптована Ю. Л. Ханіним методика ШРОТ дозволяє дослідити самооцінку рівня тривожності військовослужбовця в цей момент (реактивна тривожність як стан) і його особистісної тривожності (як стійкої характеристики людини).

Особистісна тривожність характеризує стійку схильність сприймати велике коло ситуацій як загрозливі, реагувати на такі ситуації станом тривоги. Реактивна тривожність характеризується напруженням, занепокоєнням, нервозністю. Дуже висока реактивна тривожність спричиняє порушення уваги, іноді порушення тонкої координації. Дуже висока особистісна тривожність прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, емоційними та невротичними зривами і з психосоматичними захворюваннями.

Однак тривожність не є взагалі негативною рисою. Певний рівень тривожності – природна і обов'язкова особливість активної особистості. При цьому існує індивідуальний оптимальний рівень корисної тривоги.

Шкалу можна успішно використовувати в цілях саморегуляції, керівництва і психокорекційної діяльності.

Шкала самооцінки складається з двох частин, які оцінюють реактивну (РТ, висловлювання 1–20) і особистісну (ОТ, висловлювання 21–40) тривожності.

Шкала самооцінки реактивної тривожності

Інструкція. Уважно прочитайте кожне з наведених нижче тверджень і закресліть відповідну цифру праворуч від кожного твердження залежно від того, як ви себе відчуваєте в цей момент. Над твердженнями довго не замислюйтесь, оскільки правильних чи неправильних варіантів відповідей немає.

№	Твердження	Ні, це не так	Мабуть, так	Правильно	Цілком правильно
1	Я спокійний	1	2	3	4
2	Мені ніщо не загрожує	1	2	3	4
3	Я перебуваю у стані напруженості	1	2	3	4
4	Я відчуваю жаль	1	2	3	4
5	Я відчуваю себе вільно	1	2	3	4
6	Я засмучений	1	2	3	4
7	Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8	Я відчуваю себе відпочилим	1	2	3	4
9	Я не задоволений собою	1	2	3	4
10	Я відчуваю внутрішнє задоволення	1	2	3	4
11	Я впевнений у собі	1	2	3	4
12	Я нервую	1	2	3	4
13	Я не знаходжу собі місця	1	2	3	4
14	Я напружений	1	2	3	4
15	Я не відчуваю скутості, напруженості	1	2	3	4
16	Я задоволений	1	2	3	4

№	Твердження	Ні, це не так	Мабуть, так	Правильно	Цілком правильно
17	Я заклопотаний	1	2	3	4
18	Я занадто збуджений і мені не по собі	1	2	3	4
19	Мені радісно	1	2	3	4
20	Мені приємно	1	2	3	4

Шкала самооцінки особистісної тривожності

Інструкція. Прочитайте уважно кожне з наведених нижче тверджень і закресліть відповідну цифру праворуч від кожного твердження залежно від того, як ви себе почуваєте звичайно. Над твердженням довго не задумуйтесь, оскільки правильних чи неправильних варіантів відповідей тут немає.

№ пор.	Твердження	Варіанти відповідей			
		Ні, це не так	Мабуть, так	Правильно	Цілком правильно
21	Я відчуваю задоволення	1	2	3	4
22	Я зазвичай швидко втомлююся	1	2	3	4
23	Я легко можу заплакати	1	2	3	4
24	Я хотів би бути таким же щасливим, як і інші	1	2	3	4
25	Я програю від того, що недостатньо швидко приймаю рішення	1	2	3	4
26	Зазвичай я відчуваю себе бадьорим	1	2	3	4
27	Я спокійний, витриманий і зібраний	1	2	3	4
28	Очікувані труднощі зазвичай дуже тривожать мене	1	2	3	4
29	Я занадто переживаю через дрібниці	1	2	3	4
30	Я цілком щасливий	1	2	3	4
31	Я приймаю все надто близько до серця	1	2	3	4
32	Мені бракує впевненості в собі	1	2	3	4

Обробка та інтерпретація результатів

Показник реактивної тривожності (РТ) та особистісної тривожності (ОТ) підраховуються окремо за такими формулами.

$$1. \text{РТ} = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 50,$$

де $\Sigma 1$ – сума закреслених на бланку цифр за пунктами шкали 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18;

$\Sigma 2$ – сума інших закреслених цифр (пункти 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20).

$$2. \text{ОТ} = \Sigma 1 - \Sigma 2 + 35,$$

де $\Sigma 1$ – сума закреслених цифр на бланку за пунктами шкали 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40;

$\Sigma 2$ – сума інших цифр за пунктами 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39.

Для інтерпретації результатів використовуються такі орієнтовні оцінки:

0–30 балів – низький рівень тривожності;

31–45 балів – помірний рівень тривожності;

вище 45 балів – високий рівень тривожності.

Значні відхилення від рівня помірної тривожності потребують особливої уваги, висока тривожність передбачає схильність до появи стану тривоги у людини в ситуаціях оцінювання її компетентності. У такому випадку слід знизити суб'єктивну значущість ситуації й завдань і перевести акцент на усвідомлення діяльності й формування почуття впевненості в успіху.

Низька тривожність, навпаки, потребує підвищення почуття відповідальності та уваги до мотивів діяльності. Однак іноді дуже низька тривожність активного витіснення особистістю високої тривоги ставить метою показати себе у кращому світлі.

2.5.10 Опитувальник травматичного стресу (І. О. Котєєв)

Опитувальник розроблено спеціально для вивчення стану військовослужбовців, які пережили вплив надзвичайних чинників, а саме – перебування в екстремальних умовах. Він вивчає наявність у військовослужбовців таких проявів посттравматичного синдрому, як надпильність, перебільшене реагування, агресивність, порушення пам'яті й концентрації уваги, депресія, тривожність, зловживання наркотичними та лікарськими засобами, галюцинаторні переживання, проблеми зі сном (труднощі із засинанням і переривчастий сон).

Опитувальник містить 110 тверджень, які респонденти мусять оцінити за 5-бальною шкалою.

Інструкція. Уважно читаючи кожне твердження, виберіть той варіант відповіді, який найбільше відповідає вашому стану або поглядам у цей час.

Навпроти кожного твердження поставте позначку в колонці, що відповідає вашій мірі згоди з ним.

Текст опитувальника

№ пор.	Твердження	Цілком правильно	Скоріше правильно	Частково правильно, частково неправильно	Скоріше неправильно	Цілком неправильно
1	Уранці я прокидаюся свіжим і відпочилим					
2	Я добре координую свої рухи					
3	Я відчуваю втому					
4	Мені необхідно докладати зусиль, щоб вникнути в те, про що говорить оточення					
5	Раптово у мене виникає сильне серцебиття					
6	Я приймаю їжу машинально, не відчуваючи при цьому задоволення					
7	Світ, який мене оточує, здається нереальним					
8	Я здригаюся від раптового шуму					

Продовження опитувальника

№ пор.	Твердження	Цілком правильно	Скоріше правильно	Частково правильно, частково неправильно	Скоріше неправильно	Цілком неправильно
9	Я настільки живо згадую окремі події, що при цьому ніби знову переживаю їх					
10	Я абсолютно здоровий фізично					
11	Я отримую задоволення від перебування серед людей					
12	Часто я дію так, ніби мені загрожує небезпека					
13	Мене не можна звинувачувати в тому, що я неуважний					
14	Я часто бачу один і той самий страшний сон					
15	Безумовно, я винуватий перед людьми					
16	Дурниці дратують мене					
17	Я намагаюся не дивитися телевизор, коли показують хроніку драматичних подій					
18	Мені подобається моя робота					
19	Я пережив серйозну втрату					
20	Я добре висипаюся ночами					
21	Я ніколи не бачу страшних снів					
22	Іноді мені хочеться напиться					
23	Мої близькі дуже непокояться через мою роботу					
24	У мене буває відчуття, що час спливає ніби уповільнено					
25	Іноді я звертаюся до лікаря тільки тому, що хочу трохи відпочити					
26	Багато речей втратили для мене інтерес					
27	Без жодного приводу я можу вийти із себе					
28	Мені слід було б дотримуватися дієти					
29	Я намагаюся уникати розмов на неприємні теми					
30	Буває, що я забуваю речі					
31	Іноді мені здається, що навіть близькі люди не розуміють мене					
32	Мені необхідно краще контролювати емоції					
33	Минулі події часом згадуються яскравіше, ніж те, що відбувається зараз					
34	Мені іноді здається, що світ навколо мене втрачає кольори					
35	Я прокидаюся від раптового страху					
36	Мені доводиться докладати великих зусиль, аби працювати в колишньому ритмі					
37	Часом я відчуваю озноб					
38	Мені хочеться допомагати людям, які потрапили в біду					
39	Нещодавно мені довелося потрапити в дуже небезпечні обставини					
40	Я відчуваю себе досвідченішою людиною за більшість моїх однолітків					
41	Мені важко заснути					

Продовження опитувальника

№ пор.	Твердження	Цілком правильно	Скоріше правильно	Частково правильно, частково неправильно	Скоріше неправильно	Цілком неправильно
42	Я відчуваю самотність					
43	Мені буває важко згадувати те, що відбувалося зовсім недавно					
44	Я відчуваю, що стаю іншою людиною					
45	Часом мене радують найнезначніші речі					
46	Я відчуваю приплив сил					
47	Уранці я дуже важко прокидаюся					
48	Мої думки постійно повертаються до того, про що не хочеться думати					
49	Я відчуваю сором					
50	Зазвичай я не звертаюся до лікаря, навіть коли відчуваю, що не зовсім здоровий					
51	Я настільки міцно сплю, що гучні звуки або яскраве світло не можуть мені перешкодити					
52	Мені кажуть, що я скрикую уві сні					
53	Я часто думаю про майбутнє					
54	Іноді я серджуся					
55	Я боюся, що можу накоїти щось усупереч своїм намірам					
56	Буває, я забуваю те, що хотів сказати або зробити					
57	Останнім часом мій настрій погіршився					
58	Мені немає на кого покластися					
59	Хотілося б, аби моя сім'я приділяла мені більше уваги					
60	Безумовно, я люблю ризикувати					
61	Мені подобається "чорний гумор"					
62	Я в усьому покладаюся на самого себе					
63	Я постійно відчуваю потребу що-небудь їсти, навіть не відчуваючи голоду					
64	Іноді мені здається, що я заплутався в житті					
65	Мені здається, що я не зумів зробити те, чого від мене вимагали					
66	Я відчуваю інтерес і смак до життя					
67	Мені весело й легко в товаристві друзів					
68	Я багато і плідно працюю					
69	Часто я забуваю, куди поклав ту чи іншу річ					
70	Я намагаюся ні з ким не обговорювати свої проблеми					
71	Я ніколи не відчував страху					
72	Мені було б корисно побути на самоті					
73	Працюючи над чимось, я часто думаю зовсім про інше					
74	Моє життя різноманітне і насичене подіями					
75	Я ніколи не вчиняв так, щоб потім було соромно					
76	Чужі труднощі мало кого непокоять					
77	Я відчуваю себе набагато старшим за свій вік					

№ пор.	Твердження	Цілком правильно	Скоріше правильно	Частково правильно, частково неправильно	Скоріше неправильно	Цілком неправильно
78	Мені здається, що на мене чекає щасливе майбутнє					
79	У житті мені довелося пережити таке, що краще не згадувати					
80	Я гостро сприймаю чужий біль					
81	Мені здається, що я втратив здатність радіти життю					
82	Мене турбують головні болі					
83	Легкі заробітки зазвичай пов'язані з порушенням закону					
84	Я не проти додаткового заробітку					
85	Сторонні звуки відволікають мене					
86	Я намагаюся не вступати в бійку, якщо справа мене не стосується					
87	Я вірю в торжество справедливості					
88	Моє серце працює як звичайно					
89	Іноді я приймаю пігулки					
90	Є речі, які я не можу собі пробачити					
91	Безумовно, мені потрібен час, аби опанувати себе					
92	Алкоголь добре знімає будь-який стрес					
93	Я не схильний скаржитися на здоров'я					
94	Мені хочеться все трощити на своєму шляху					
95	Більшість людей стурбовані лише власним благополуччям					
96	Мені важко стримувати свій гнів					
97	Я не вважаю, що правий той, хто сильніше					
98	Я ніколи не втрачав свідомість					
99	Мені слід було б навчитися уникати конфліктів					
100	Я набув у житті добрих друзів					
101	Мене вважають урівноваженою людиною					
102	Нервові напруження добре знімає сауна					
103	Я відчуваю розгубленість					
104	Часто мені здається, що мене спіткає небезпека					
105	Я працюю, не відчуваючи втоми					
106	Я відчуваю сильне внутрішнє збудження					
107	Часто я здійснюю мимовільні дії у відповідь на несподіваний звук або рух					
108	Мені важко зосередитися одночасно на кількох справах					
109	Я почуваю себе цілком упевненим					
110	Мені є за що завдячувати долі					

Обробка та інтерпретація результатів

1. *Надпильність*. Шкала відповідає таким питанням: 2, 32, 46, 58, 62, 70, 98, 105, 106, 109. Обчисліть середнє арифметичне значення.

2. *Перебільшене реагування*. Шкала відповідає таким питанням: 8, 12, 39, 102, 104, 108. Обчисліть середнє арифметичне значення.

3. *Притуплення емоцій*. Шкала відповідає таким питанням: 3, 4, 6, 7, 13, 24, 26, 34, 45, 64, 66, 74, 81. Підсумуйте значення (питання: 3, 4, 6, 7, 24, 26, 34, 64, 81) і відніміть значення за рештою питань (13, 45, 66, 74), отриману величину розділіть на 9.

4. *Агресивність*. Шкала відповідає таким питанням: 60, 83, 84, 87, 94, 96, 97, 99. Обчисліть середнє арифметичне значення.

5. *Порушення пам'яті та концентрації уваги*. Шкала відповідає таким питанням: 30, 36, 43, 56, 69, 73, 85, 91, 107. Обчисліть середнє арифметичне значення.

6. *Депресія*. Шкала відповідає таким питанням: 19, 26, 34, 42, 48, 57, 64, 81, 91, 82, 72. Обчисліть середнє арифметичне значення.

7. *Загальна тривожність*. Шкала відповідає таким питанням: 5, 16, 31, 37, 55, 59, 76, 103. Обчисліть середнє арифметичне значення.

8. *Напади люті*. Шкала відповідає таким питанням: 54, 84, 86, 88, 96, 101. Підсумуйте значення (питання: 54, 84, 96) і відніміть значення за рештою питань (86, 88, 101), отриману величину розділіть на 3.

9. *Зловживання наркотичними і лікарськими речовинами*. Шкала відповідає таким питанням: 22, 25, 50, 63, 89, 92, 102. Підсумуйте значення (питання: 22, 25, 63, 89, 92) і відніміть значення за рештою питань (50, 102), отриману величину розділіть на 3.

10. *Небажані спогади і галюцинаторні переживання*. Шкала відповідає таким питанням: 7, 9, 17, 19, 29, 33, 48, 71, 79. Обчисліть середнє арифметичне значення.

11. *Проблеми зі сном (труднощі із засинанням і переривчастий сон)*. Шкала відповідає таким питанням: 1, 14, 20, 21, 35, 41, 47, 51, 52. Підсумуйте значення (питання: 14, 35, 41, 47, 52) і відніміть значення за рештою питань (1, 20, 21, 51), отриману величину розділіть на 4.

12. *Вина особи, яка вижила*. Шкала відповідає таким питанням: 15, 38, 49, 65, 80, 90. Обчисліть середнє арифметичне значення.

13. *Оптимізм*. Шкала відповідає таким питанням: 10, 11, 18, 40, 44, 53, 67, 68, 75, 77, 78, 93, 100, 110. Обчисліть середнє арифметичне значення.

Як бачимо з наведених розрахунків, за кожною шкалою бали можуть бути в діапазоні від 1 до 5 балів. Чим ближче до п'яти, тим вираженішою є ознака.

2.5.11 Міссісіпська шкала для оцінювання посттравматичних реакцій (військовий варіант)

Міссісіпська шкала посттравматичного стресового розладу (англ. Mississippi Scale) – клінічна тестова методика, розроблена в 1987 р. Т. М. Кеапе зі співвтворами на основі ММРІ. Опитувальник було створено для оцінювання ступеня вираженості посттравматичних стресових реакцій у ветеранів бойових дій. Наразі вона є однією з найпоширеніших і найвикористовуваніших методик для вимірювання ознак ПТСР.

Шкала містить 35 тверджень, кожне з яких може бути оцінене за п'ятибальною шкалою. Сумарний показник за методикою дозволяє оцінити ступінь впливу перенесеного індивідом травматичного досвіду. Тридцять тверджень утворюють три основні шкали, які співвідносяться з трьома симптомами ПТСР: 11 питань першої шкали описують симптоми групи “вторгнення”, 11 питань другої шкали описують симптоми групи “уникнення”, 8 питань третьої шкали описують симптоми збудливості. П'ять останніх описують симптоми, пов'язані з почуттями провини та суїцидальні схильності.

Інструкція. У таблиці наводяться твердження, в яких узагальнено різноманітний досвід людей, що брали участь у бойових діях. Поряд із кожним твердженням подано варіанти відповідей. Виберіть і відмітьте той варіант, який найкраще описує почуття: 1 – “Цілком неправильно”; 2 – “Частково правильно”; 3 – “Певною мірою правильно”; 4 – “Правильно”; 5 – “Цілком правильно”.

Текст опитувальника

№ пор.	Твердження	Цілком неправильно	Частково правильно	Певною мірою правильно	Правильно	Цілком правильно
1	До служби в армії у мене було більше близьких друзів, аніж зараз					
2	У мене немає почуття провини за все те, що я робив під час служби в армії					
3	Якщо хтось виведе мене з терпіння, то, найімовірніше, я не стримаюся (застосую фізичну силу)					
4	Коли трапляється щось, що нагадує мені про війну, це виводить мене з рівноваги і завдає мені болю					
5	Люди, які дуже добре мене знають, бояться мене					
6	Я здатний увстановити емоційно-близькі стосунки з іншими людьми					
7	Мені сняться страхітливі сни про те, що було насправді на війні					
8	Коли я думаю про деякі речі, які я робив в армії, мені просто не хочеться жити					
9	Зовні я маю вигляд бездушної людини					

Кінець опитувальника

№ пор.	Твердження	Цілком неправильно	Частково правильно	Певною мірою правильно	Правильно	Цілком неправильно
10	Останнім часом я відчуваю, що хочу покінчити з собою					
11	Я добре засинаю, нормально сплю і прокидаюся лише тоді, коли потрібно вставати					
12	Я весь час ставлю собі запитання: чому я залишився живий, у той час як інші загинули на війні					
13	У певних ситуаціях я відчуваюся так, наче я знову в армії					
14	Мої сни настільки реальні, що я прокидаюся в холодному поту і змушую себе більше не спати					
15	Я відчуваю, що більше не можу					
16	Речі, які викликають у інших людей сміх або сльози, мене не зворушують					
17	Мене так само радують ті ж речі, що й раніше					
18	Мої фантазії реалістичні і викликають страх					
19	Я вважаю, що мені неважко працювати після демобілізації					
20	Мені складно зосередитися					
21	Я безпідставно плачу					
22	Мені подобається бути в товаристві інших людей					
23	Мене лякають мої прагнення та бажання					
24	Я легко засинаю					
25	Від несподіваного шуму я сильно здригаюся					
26	Ніхто, навіть моя родина, не розуміє, що я відчуваю					
27	Я – легка, спокійна, урівноважена людина					
28	Відчуваю, що про деякі свої вчинки в армії, я ніколи не зможу комусь розповісти, бо цього нікому не зрозуміти					
29	Часом я вживаю алкоголь (наркотики або снодійні), аби допомогти собі заснути чи забути про події, що траплялися зі мною в армії					
30	Я не відчуваю дискомфорту, коли перебуваю в натовпі					
31	Я втрачаю рівновагу і відчуваю роздратування через дрібниці					
32	Я боюся засинати					
33	Я намагаюся уникати всього, що могло б нагадати мені про те, що траплялося зі мною в армії					
34	Моя пам'ять така сама хороша, як і раніше					
35	Мені важко виявляти свої почуття, навіть до близьких людей					

Обробка та інтерпретація результатів

Шкали симптомів ПТСР.

Вторгнення. Прямий підрахунок: 4, 7, 26, 14, 18, 21, 25, 29, 32; зворотний підрахунок: 11, 30.

Уникнення. Прямий підрахунок: 1, 9, 16, 28, 33, 35; зворотний підрахунок: 6, 17, 19, 22, 34.

Збудливість. Прямий підрахунок: 3, 5, 13, 20, 23, 31; зворотний підрахунок: 24, 27.

Почуття провини та суїцидальні схильності. Прямий підрахунок: 8, 10, 12, 15; зворотний підрахунок – 2.

Вторгнення. Травматична подія наполегливо повторюється в переживанні одним (або більше) способом.

1. Періодичне й нав'язливе відтворення події, відповідних образів, думок і сприйняття, що викликає важкі емоційні переживання.

2. Важкі сни про подію, які постійно повторюються.

3. Такі дії або відчуття, немовби травматична подія відбувалася знову (включає відчуття “оживання” досвіду, ілюзії, галюцинації і дисоціативні епізоди – “флешбек-ефекти”, включаючи такі, що виникають у стані інтоксикації).

4. Інтенсивні важкі переживання, які були викликані зовнішньою або внутрішньою ситуацією, що нагадує про травматичні події або символізує їх.

5. Фізіологічна реактивність у ситуаціях, які зовнішньо або внутрішньо символізують аспекти травматичної події.

Уникнення. Постійне уникнення стимулів, пов'язаних із травмою, і блокування емоційних реакцій, заціпеніння (не спостерігалось до травми).

1. Зусилля з уникнення думок, почуттів або розмов, пов'язаних із травмою.

2. Зусилля з уникнення дій, місць або людей, які пробуджують спогади про травму.

3. Нездатність згадати про важливі аспекти травми (психогенна амнезія).

4. Помітно знижений інтерес або участь у раніше значущих видах діяльності.

5. Почуття відстороненості або відокремленості від інших людей.

6. Знижена вираженість афекту (нездатність, наприклад, до почуття любові).

7. Почуття відсутності перспективи в майбутньому (наприклад, відсутність очікувань із приводу кар'єри, одруження, дітей або побажання довгого життя).

Збудливість. Постійні симптоми зростаючого збудження (що не спостерігалися до травми).

1. Труднощі із засинанням або поганий сон (раннє пробудження).

2. Дратівливість або спалахи гніву.

3. Труднощі із зосередженням уваги.

4. Підвищений рівень настороженості, гіперпильність, стан постійного очікування загрози.

5. Гіпертрофована реакція переляку.

Загальний показник посттравматичної реакції розраховується як сума за всіма твердженнями опитувальника з урахуванням переведення відповіді в бал для прямих і зворотних тверджень.

Прямий підрахунок: 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 23, 25, 26, 28, 29, 31, 32, 33, 35.

Зворотний підрахунок: 2, 6, 11, 17, 19, 22, 24, 27, 30, 34.

Таблиця 2.43 – Переведення відповідей у бали

Напрямок підрахунку	Цілком неправильно	Частково правильно	Певною мірою правильно	Правильно	Цілком правильно
Прямий	1	2	3	4	5
Зворотний	5	4	3	2	1

Оцінка результатів:

76±18 – добре адаптовані;

86±26 – психічні розлади;

130±18 – ПТСР.

2.5.12 Методика оцінювання травматичності бойового досвіду у військовослужбовців Національної гвардії України (О. С. Колесніченко)

У структуру розробленої методики закладено три шкали, які описують стійкість до бойової психологічної травматизації на різних етапах занурення в бойові умови: від очікування участі в бойових діях, безпосереднього виконання СБЗ у бойових умовах, до усвідомлення набутого досвіду, внесення коректив у свою професійну психологічну підготовку відповідно до набутого досвіду участі в бойових діях.

Шкала “Очікування від участі в бойових діях” передбачає оцінювання військовослужбовцями свого професійного потенціалу (професійної ідентичності й підготовленості) щодо можливих бойових ситуацій: оцінювання їх як потенційно (не) переборних; очікувані психічні (почуття комфорту), психофізіологічні (соматичне благополуччя) та соціальні наслідки участі в них; потенційна здатність залучати додаткові зовнішні ресурси, використовувати власний досвід і досвід своєї професійної групи. Негативні очікування значно знижують стійкість до бойової психологічної травматизації.

Для військовослужбовців, які мають *високі показники* за цією шкалою, перспектива участі в бойових діях сприймається так: можливість реалізувати себе як військовослужбовця; випробувати й перевірити на адекватність набуті професійні знання, уміння і сформовані вольові та інші професійно важливі психологічні якості особистості; можливість підвищити свій професійний і соціальний статус. Такі військовослужбовці впевнені в собі, у своїй професійній і психологічній підготовці. Вони ідентифікуються зі своєю професійною групою, упевнені у своїх товаришах, їх здатності прийти на допомогу в разі потреби. Перспектива участі в бойових діях сприймається як

реалізація свого професійного обов'язку захисника Батьківщини, до якого вони усвідомлено ставляться і приймають його.

Військовослужбовці з *низькими показниками* за цією шкалою участь у бойових діях сприймають як події, що перешкоджають реалізації їхніх життєвих планів. Їх дуже тривожить імовірність отримати поранення й зазнати каліцтва, які, на їх погляд, можуть перекреслити всі плани на майбутнє життя. Вони не впевнені у своїй професійній і психологічній підготовці, постійно задаються питанням: “Чому я мушу це робити (брати участь у бойових діях)? Це не моє. Це не мало зі мною статися”. Намагаючись приховати свої побоювання від інших військовослужбовців, аби не зазнати осуду, не мати вигляду боягуза, вони відгороджуються від товаришів по службі, замикаються в собі, зосереджуються на своїх негативних переживаннях (що може стати підставою для розвитку прихованої депресії) і тому не сприймають військовий колектив як зовнішній ресурс, як джерело допомоги в стресових ситуаціях бою (бояться не лише просити допомоги, а й надавати її іншим, виконувати доручення, щоб ніхто не запідозрив їх у некомпетентності).

Шкала “Подолання стресової ситуації” призначена для діагностики реакції на збільшення напруженості бойової ситуації: ролі тривоги, пошукової активності, захисних механізмів (поєднання й визначення пріоритету проблемно-орієнтованих і емоційно-орієнтованих копінгів), інтегрованості поведінки (“Я-концепції”, ієрархії системи стосунків, цілеспрямованість і усвідомленість професійних дій, відповідальність), ролі і значення соціальної підтримки й підтримки свого професійного колективу.

Військовослужбовці, які за цією шкалою мають *високі показники*, зі зростанням напруженості бойових ситуацій ще більше мобілізуються, продумують імовірні варіанти розвитку подій і своїх дій у них. За таких умов збільшена інтенсивність пошукової активності дозволяє їм вибрати з наявного арсеналу професійних стереотипів і навичок найприйнятніші за обставин, що склалися; робить їх чутливими до способів дій і саморегуляції, вироблених у військовому колективі. Вони критично сприймають і диференціюють ознаки бойової ситуації за їх значущістю для виживання й виконання поставлених завдань, що дає можливість зосереджуватися на справді важливому і нехтувати несуттєвим; напрацьовуються (відбираються з наявних або піддаються необхідному коригуванню, спрощуються, робляться чіткішими) способи дій, які, урахувавши фізичні та інші особливості, на їхній погляд, є найефективнішими в бойових умовах. Наявна фізична і психологічна підготовка, розвинена здатність до саморегуляції дозволяють їм пересилювати себе, переструктурувати ситуацію і вийти на новий рівень активності: відкрити друге дихання – стан, коли тривога і втома відступають, підвищується зосередженість, дії стають чіткими, усвідомленими, ефективними, відчувається приплив сил. Вони мають активну позицію щодо ситуації, приймають запропоновані ситуацією обставини самореалізації. У моменти ускладнення ситуації, погіршення психічного стану, певної розгубленості шукають допомогу і розраховують на підтримку товаришів. Позитивно ставляться до способів дій,

запропонованих досвідченішими військовослужбовцями, здатні до взаємодії у розв'язанні виниклих ускладнень, проблем, у прийнятті рішень про доцільність використання того чи іншого способу дій (тактичних дій). Відповідальні, рішучі, сміливі, здатні на вчинок. Адекватно сприймають цивільне населення в зоні проведення бойових дій як таке, до якого потрібно критично ставитися, але яке переважно потребує їхньої допомоги й захисту. Упевнені у своїй здатності розв'язати родинні проблеми, що можуть виникнути після повернення з відрядження. Мають позитивні очікування від повернення до родини.

У військовослужбовців з *низькими показниками* за шкалою зростання напруженості ситуації призводить до підвищення дезорганізованості поведінки. Тривога збільшує пошукову активність, однак вона не сприяє поліпшенню адаптації, стає підставою для гіперстезичних реакцій – неадекватних за своєю спрямованістю і силою поведінкових реакцій, викликаних порушенням диференційованості стимулів за їх значущістю. У разі ускладнення бойових умов для них характерне розширення кола стресорів, збільшення хаотичності дій, звернення до природних стереотипів реагування на стрес-фактори: утеча, ступор, схильність до панічних настроїв, дратівливість, агресивність чи, навпаки, повна залежність від товаришів по службі (демонстрація повного безвілля, “прилипання” до тих, хто демонструє їм співчуття, перекладання на них відповідальності за своє життя). Відмовляючи собі у здатності впорядкувати ситуацію, такий військовослужбовець втрачає адекватність сприйняття ситуації, фіксується (застрягає, не може відвернути уваги) на певних стимулах екстремальної ситуації; відмовляється від власних потреб, цілей, ідеалів; переконує себе в певній “нереальності” того, що з ним відбувається, стає несприйнятливим до порад і допомоги. Зниження ефективності професійних дій негативно позначається на самооцінці. Болісно, неадекватно реагує на критику на свою адресу. Прагне відновити позитивне ставлення до себе і самоствавлення через відчайдушні, “героїчні” вчинки (щось довести, аби всі побачили, що “не боягуз”). Товариші по службі сприймаються як такі, що постійно незадоволені ним, критикують його, зневажають, прискіпуються. Соціальне оточення (мирне населення) – як таке, що в переважній більшості вороже налаштоване, невдячне і заслугоує на ті знегоди, яких зазнає. Повідомлення про будь-які проблеми в родині спричиняють бурхливі, неадекватні емоційні реакції. Має тривожні очікування щодо свого повернення до родини.

Шкала “Реалізація набутого бойового досвіду” дозволяє визначити здатність переробити набутий досвід участі в бойових діях: усвідомити, прийняти, визначити місце у своєму життєвому шляху й адекватно застосовувати в майбутньому.

Військовослужбовці, які мають *високі показники* за цією шкалою, високо оцінюють значущість набутого досвіду участі в бойових діях, приймають цей досвід як складову професійного становлення – формування військової майстерності. Вони усвідомлюють зміни, які відбулись у їхній професійній підготовці. Досвід участі в бойових діях дав можливість їм створити власну

ієрархію важливості тих або інших професійних компетенцій, надати чітку структуру, відсікти все зайве, неважливе, те, що заважає зосередитися на головному, відбирає сили, розпорошує увагу. У них укріпилася впевненість як у своєму професіоналізмі, так і у власній здатності долати різні складні життєві ситуації. Вони визначилися з цінностями, заради яких варто жити й померти. Почуття обов'язку, захист Батьківщини, військове братерство набули для них особливого сенсу. Почуття професійної гідності, самоповаги стало тим джерелом, яке тривалий час підтримуватиме в них сили для подолання життєвих негараздів; надавати їм моральне право навчати менш досвідчених військовослужбовців, організовувати їхню діяльність, забезпечувати їх виживання у складних бойових умовах, відповідати за них. Набутий досвід підіймає їх серед інших, вони вважають себе експертами у військовій справі, з якими мусять радитись і рахуватися. Вони сприймають себе такими, що заслуговують на повагу, визнання з боку свого професійного оточення, на визнання своїх бойових заслуг із боку суспільства.

Військовослужбовці з *низькими показниками* за шкалою вважають свій досвід участі в бойових діях унікальним, таким, що не підлягає відтворенню, передачі іншим. Намагаючись уберегтися від повтору подібного досвіду, такі військовослужбовці стають чутливими до стимулів, котрі якимось чином можуть асоціюватися з бойовими стрес-факторами, уникають їх. У подальшому це може призводити до значного збільшення таких факторів і самоізоляції від оточуючого світу. Крім того, постійна настороженість виснажує їх, робить дратівливими, знижує увагу, зменшує психологічну стійкість і працездатність. Усвідомлення себе учасником надзвичайних подій формує уявлення про себе як про “унікальну” особистість, котра витримала випробування, що випали на її долю, і це їй багато чого вартувало (підірвала психічне і фізичне здоров'я, не змогла реалізувати свої життєві плани, зазнала якихось матеріальних збитків і, таким чином, має моральне право на компенсацію). Із такою скомпенсованою самооцінкою військовослужбовці засуджують усіх, хто не поділяє поглядів на унікальність їхнього досвіду, намагаються уникати зустрічей із товаришами по службі чи іншими свідками їх участі в бойових ситуаціях, які можуть небезпідставно їх критикувати, нагадати про негативні переживання, неефективні дії тощо. У подальшому таке неприйняття власного досвіду може стати підставою для формування ПТСР.

Загальна шкала “Стійкість до бойової психологічної травматизації” розраховується як сума балів, отриманих за трьома шкалами.

Військовослужбовці, які отримали *високий загальний бал* за методикою, зазвичай маючи позитивні очікування від участі в бойових діях, які ґрунтуються на впевненості щодо сформованості власної професійної ідентичності й готовності до участі в бойових діях, упевнені, що навіть за значного ускладнення бойової ситуації зможуть зберігати цілеспрямованість та ефективність своїх дій і певний контроль над своїм станом.

Зберігаючи критичне ставлення до обставин та ефективності своїх дій в екстремальних (бойових) умовах, вони виявляються здатними структурувати їх

(створювати власну ієрархію важливості стимулів і ефективних дій у бойових умовах), набувати нові знання, переймати досвід товаришів, співпрацювати, приймати й надавати допомогу. Вони усвідомлюють зміни й поліпшення своєї компетентності, здатні оцінити й передати набутий професійний досвід виконання завдань у бойових умовах, брати на себе відповідальність за менш досвідчених товаришів, за результати колективної діяльності.

Військовослужбовці, які отримали *низький загальний бал* за методикою, зазвичай психологічно не готові до участі в бойових діях, не відчують себе досить компетентними для таких випробувань. У разі ускладнення ситуації негативні переживання захоплюють їх, вони виявляються нездатними диференціювати за значущістю стимули, відстежувати ефективність своїх дій, зберігати їх цілеспрямованість. Швидко знесилюються, стають роздратованими, нездатними до взаємодії, до прийняття й надання допомоги товаришів по службі.

Набутий досвід оцінюють як унікальний, такий, що неможливо передати іншим чи використовувати в майбутньому житті. У подальшому намагаються уникати ситуацій, що вимагають подібного досвіду, людей, які можуть нагадувати про виявлену колись некомпетентність і пережите.

Інструкція. Оцініть, будь ласка, міру своєї згоди із твердженнями, які описують поширені переживання щодо участі в бойових діях.

Бланк методики

№	Твердження	Цілком не згоден	Не згоден в основних моментах	Більше не згоден, аніж згоден	Більше згоден, аніж не згоден	Згоден в основних моментах	Цілком згоден
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Я завжди був переконаним, що кожний військовослужбовець повинен перевірити себе участю в бойових діях						
2	До відрядження в зону збройного протистояння я вважав, що участь у бойових діях відкриває перед військовослужбовцем перспективи професійного зростання, які йому недоступні в мирний час						
3	Повідомлення про відрядження до зони бойових дій не зменшило моєї патріотичної налаштованості, не змінило мого ставлення до свого професійного обов'язку захищати Батьківщину						
4	До відрядження в зону збройного протистояння я вважав, що моя фізична форма і професійна підготовка здатні значно підвищити мої шанси на виживання та успішність ведення бойових дій						
5	У мої життєві плани ніколи не входила участь у бойових діях						

Продовження бланка

1	2	3	4	5	6	7	8
6	У бойових умовах досить швидко починаєш розуміти, на що потрібно звертати особливу увагу, а чим можна знехтувати, не витрачаючи сил						
7	У бойових умовах починаєш розуміти реальну цінність тих чи інших професійних знань і вмінь, визначати, чому реально варто було навчитися, а що є другорядним						
8	Намагаюся постійно продумувати подальший розвиток бойової ситуації, діяти відповідно до змін, що відбуваються						
9	Я переконаний, що військовослужбовці в зоні збройного конфлікту повинні ставитися до цивільних як до осіб, що стали жертвами непереборних обставин і потребують їхньої допомоги, звісно, не втрачаючи розумної обережності						
10	Після повідомлення про відрядження до зони бойових дій мене не лишали думки про можливі поранення та каліцтва, які покладуть край моєму налагодженому життю						
11	Очікуючи відрядження до зони бойових дій, я став неуважним і роздратованим, що інколи ставало причиною конфліктів із оточенням, товаришами по службі						
12	Потрапивши до зони бойових дій, я не знаходжу відповіді на запитання: “Чому я мушу брати участь у бойових операціях? Це не моє. Мене не має тут бути”						
13	У бойових умовах мені здаються важливими всі обставини й деталі, на все треба зважати						
14	У разі ускладнення бойової ситуації відчуваю розгубленість, не можу визначитися, що і в якій послідовності я мушу робити						
15	У бойових умовах деякі речі настільки захоплюють мою увагу, що я не можу перевести погляд, переключитися й думати про те, як мені слід діяти далі, свідомість ніби зациклюється на цій миті небезпеки						
16	Я би хотів забути все, що довелося пережити під час участі в бойових діях						
17	Коли мені тяжко, я завжди можу звернутися по допомогу до своїх товаришів						
18	На своєму досвіді я знаю, що навіть у дуже складних напружених умовах, у разі сильної втоми треба потерпіти, пересилити себе і відкриється друге дихання – стан, коли тривога і втома відступають, підвищується зосередженість і починаєш чітко усвідомлювати кожну свою дію						
19	До відрядження в зону бойових дій моя професійна, психологічна підготовка та життєвий досвід дозволяли мені розраховувати на можливість швидкого вироблення алгоритму ефективної дії та виживання в бойових умовах						

Продовження бланка

1	2	3	4	5	6	7	8
20	Досвід участі в бойових діях став логічним продовженням мого професійного становлення як військовослужбовця						
21	Перед відрядженням до зони збройного протистояння участь у бойових діях вважалася мені чимось непереборним, ситуацією, яку неможливо контролювати, здолати, виживання в якій буде лише випадковістю						
22	У бойових умовах стаєш сприйнятливим до досвіду інших, одразу розумієш переваги того чи іншого способу дій, використовуваного товаришами по службі						
23	Після участі в бойових діях Батьківщина, військове братерство перестали бути абстракцією, набули рис реальних цінностей						
24	Перед відрядженням до зони бойових дій мене дуже непокоїла невідповідність моєї професійної підготовки бойовим ситуаціям, я боявся не впоратися, зазнати травм						
25	У бойових умовах мене не полишає відчуття безпорадності, я не знаю, що й коли з того, чому мене вчили, я мушу робити						
26	У зоні бойових дій я не можу позбутися відчуття нереальності того, що зі мною відбувається, не вірю, що це відбувається зі мною						
27	Перспектива участі в бойових діях лякала мене ще й тому, що я не знав, на кого з товаришів по службі я можу покладатися, на чію допомогу розраховувати						
28	Я боявся, що з мене глузуватимуть (ставитися презирливо), якщо комусь розповім про свої переживання та побоювання щодо перспективи відрядження до зони бойових дій						
29	Мені здається, що командир і досвідченіші військовослужбовці забагато від мене вимагають, не враховують різниці в бойовому досвіді між нами						
30	Досі обставини склалися так, що я не міг себе проявити з кращого боку, я відчуваю, що повинен діяти якимось чином, аби довести оточенню, що я також чогось вартий, я – не боягуз						
31	Перед відрядженням до зони бойових дій я був упевненим, що навіть у разі браку специфічного досвіду чи професійної підготовки спільними зусиллями з бойовими товаришами ми зможемо ефективно діяти, досягати успіху в бойових операціях						
32	Досвід участі в бойових діях дозволяє мені свідомо ставитися до своєї подальшої професійної підготовки, розуміти, що є дійсно важливим, вартим зусиль і часу на засвоєння						

1	2	3	4	5	6	7	8
33	Я вважаю, що досвід участі в бойових діях у кожного індивідуальний, я не можу давати поради, які допоможуть іншим пережити бойові дії						
34	Я не розумію прагнення військовослужбовців зустрічатися з товаришами по службі, щоб разом пригадати ті дні, коли вони були учасниками бойових дій						
35	Мене дуже дратують розпитування про мою участь у бойових діях, про мої переживання того часу						
36	Я вважаю, що вже сам факт перебування військовослужбовця в зоні бойових дій дає йому моральне право на шанування та пільги						
37	Можливість розраховувати на своїх товаришів по службі допомагала мені переборювати тривогу щодо перспективи участі в бойових діях						
38	У бойових умовах починаєш розуміти, задля чого дійсно варто ризикувати життям, ризик стає осмисленим, перестає бути простим зухвальством						
39	Я відчуваю потребу поширювати набутий у зоні бойових дій досвід, щоб уберегти інших військовослужбовців від можливих помилок						
40	Я намагаюсь уникати ситуацій, які можуть нагадувати про події, пережиті мною під час бойових дій						
41	Після пережитого в зоні бойових дій я шукаю будь-якої можливості уникнути повторного відрядження						
42	Після участі в бойових діях я став краще розуміти, що в моєму житті є дійсно цінним, а що лише таким видається і насправді – не варте уваги й сил						
43	Після участі в бойових діях я відчуваю моральне право виступати експертом у військовій справі, наполягати на своїх пропозиціях щодо підготовки новобранців тощо						
44	Участь у бойових діях дозволила мені переживати реальне почуття професійної гідності, почуття поваги до себе як до військовослужбовця						
45	Досвід участі в бойових діях дозволив мені усвідомити свої реальні можливості, життестійкість, здатність долати життєві негаразди						

Обробка та інтерпретація результатів

Обчислити кількість відповідей “так” за кожною шкалою опитувальника згідно з ключем, ураховуючи переведення відповідей у бали (див. табл. 2.44):

Шкала 1.1. Очікування від участі в бойових діях. Прямий підрахунок: 1, 2, 3, 4, 19, 31, 37; зворотний підрахунок: 5, 10, 11, 12, 21, 24, 27, 28.

Шкала 1.2. Подолання стресової ситуації. Прямий підрахунок: 6, 7, 8, 9, 17, 18, 22, 38; зворотний підрахунок – 13, 14, 15, 25, 26, 29, 30.

Шкала 1.3. Реалізація набутого бойового досвіду. Прямий підрахунок: 20, 23, 32, 39, 42, 43, 44, 45; зворотний підрахунок: 16, 33, 34, 35, 36, 40, 41.

Таблиця 2.44 – Переведення відповідей у бали

	Цілком незгоден	Не згоден в основних моментах	Більше не згоден, аніж згоден	Більше згоден, аніж не згоден	Згоден в основних моментах	Цілком погоджуюся
Прямий підрахунок	0	1	2	3	4	5
Зворотний підрахунок	5	4	3	2	1	0

2.6 Вивчення адаптаційного потенціалу особистості військовослужбовця Національної гвардії України

Опанування нових стресових умов життя і діяльності військовослужбовця пов'язане зі значними витратами нервової енергії, підвищеною збудливістю, напруженістю, нервозністю, переживанням негативних емоцій, конфліктністю у взаєминах. Тому від того, наскільки швидко й ефективно здійснюватиметься входження військовослужбовця в нові для нього умови служби, залежить успішність виконання поставленого завдання.

Як свідчить аналіз наукових публікацій із проблеми адаптації особистості (А. Анцупова, Г. Балла, В. Богуславського, М. Боришевського, М. Варія, Г. Васяновича, Г. Дуніна, Т. Дегтяренко, М. Дяченка, Л. Железняка, В. Коннова, В. Конюкова, С. Максименка, В. Моляка, А. Мотолицького, В. Рибалки, Ж. Сінокосова, В. Семиченка, О. Солодухової, В. Яблонька, Т. Яценка), адаптація є складним і багатоплановим явищем.

Екстремальність умов бойових дій виявляється в інтенсивності стрес-факторів, раптовості, небезпеці, тотальному впливі на великі групи людей, а також у тривалому і важкому перебігу постекстремальних психічних розладів. Екстремальні умови діяльності з психологічної точки зору характеризуються сильним психотравмуючим впливом подій і обставин на психіку військовослужбовця.

Різниця у впливах екстремальних ситуацій на військовослужбовців та інших людей визначається тим, що для останніх властиво шукати який-небудь прихисток і намагатись уникнути небезпеки, військовослужбовець же на це права не має і змушений свідомо перебувати в такій ситуації, сприяючи її вирішенню. Сучасний рівень відносин у нашому суспільстві в силу економічної кризи і соціальної нестабільності створює середовище, що саме по собі є не менш травмуючим для психіки людей, які повернулися з війни, ніж сама ситуація бойових дій. Отже, людина, виходячи з екстремальної ситуації, пов'язаної із загрозою для життя, стикається із серйозними проблемами її непотрібності й нерозуміння в суспільстві. Проблема реадаптації військовослужбовців у посттравмуючих ситуаціях (ідеться про період після закінчення бойових дій) вивчена недостатньо і фрагментарно. Дослідники

не дають комплексного пророблення цієї проблеми, а розглядають її вузькоспеціально.

Поняття “адаптація” є одним з основних у дослідженні процесу психотравмування і наступної реабілітації. Завдяки процесу адаптації досягається оптимізація функціонування систем організму і збалансованість його в системі “людина-середовище”.

Адаптація – це водночас рівновага між середовищем і організмом і процес пристосування до умов середовища, що змінюються. Адаптивність особистості визначається ступенем розвитку в неї здатності до психічної регуляції. Кожна людина має свій адаптаційний поріг.

Адаптаційний поріг являє собою максимальний ступінь екстремального впливу на людину, до якого вона здатна адаптуватися за допомогою психофізіологічних компенсаторних механізмів без шкоди для цілісної структури особистості. Чим вище рівень функціонування механізмів психічної регуляції, тим менша ймовірність зриву процесу адаптації в екстремальних умовах, а отже, вище адаптаційний поріг.

Концепція особистісного адаптаційного потенціалу була запропонована А. Маклаковим і широко застосовувалася в МВС України для визначення осіб, нездатних протистояти стресовим впливам і відповідно непридатних для несення служби в системі МВС України. Згідно з цією концепцією особистісний адаптаційний потенціал має такі характеристики:

1) нервово-психічна стійкість – рівень стабільності і поведінкової регуляції, адекватність самооцінки і реальність сприйняття дійсності;

2) комунікативні здібності – здатність установлювати й підтримувати контакти з товаришами по службі, іншим соціальним оточенням, безконфліктність;

3) моральна нормативність – здатність реально оцінювати свою роль у колективі й орієнтуватися на дотримання загальноприйнятих норм поведінки.

Виділяють три рівня адаптаційних здібностей.

1. Хороші адаптаційні здібності. Особи, в яких діагностується цей рівень, легко адаптуються до нових умов діяльності, швидко входять у новий колектив, легко й адекватно орієнтуються в ситуації, швидко виробляють стратегію свого поведіння. Вони, як правило, неконфліктні, емоційностійкі.

2. Задовільні адаптаційні здібності. Особи, в яких визначено такий рівень, мають ознаки акцентуації, які у звичних умовах частково компенсуються і можуть виявлятися у разі зміни діяльності, тому успіх їхньої адаптації залежить від зовнішніх умов середовища. Такі люди, як правило, мають невисоку емоційну стійкість; можливі асоціальні зриви, прояви агресії і конфліктності.

3. Знижені адаптаційні здібності. Особи такого рівня мають ознаки явних акцентуацій характеру і деякі ознаки психопатій, їхній психічний стан можна охарактеризувати як межовий; можливі нервово-психічні зриви. Їм притаманна низька нервово-психічна стійкість, конфліктність.

Концепція адаптації в умовах травматичного стресу, запропонована В. Розовим, містить 8 здатностей.

1. Оптимістичний когнітивний стиль, який характеризується активною життєвою позицією, життєлюбством, почуттям гумору, високою мотивацією досягнення, орієнтованою на високу моторну й мовну активність.

2. Здатність установлювати й розвивати підтримуючі стосунки, надавати і приймати інструментальну й емоційну підтримку. Соціальна підтримка у вигляді прямого інформування про небажані дії може запобігти стресу. Соціальна підтримка корисна й у постстресових станах: дозволяє мобілізувати особистісні ресурси і впоратися з емоційними навантаженнями.

3. Здатність до адаптивного мислення, яка свідчить про усвідомлення, самоконтроль, рефлексивність, гнучкість мислення, здатність дистанціюватися від травматичних подій, що сприяє усуненню стресової симптоматики.

4. Здатність до адаптивного сну та сновидінь. Свідчить про розвинені вміння оптимізації й нормалізації сну і сновидінь.

5. Здатність до впевненої поведінки, яка виявляється в упевненості, соціальній сміливості, ініціативності, позитивному самостваренні, відповідальності, соціальній компетентності, здатності до поведінки самоствердження.

6. Здатність керувати психофізіологічними станами, яка характеризується навичками саморегуляції, контролю над сильними емоціями та імпульсами.

7. Здатність до підтримання оптимального фізичного стану. Розвинені механізми довільної і мимовільної соматичної регуляції, підтримання і зміцнення соматичного здоров'я.

8. Здатність до самоорганізації часу життя. Уміння раціонально розподіляти час власного життя, планувати й визначати пріоритет у власних справах, пунктуальність, здатність не марнувати час.

Таким чином, для вивчення адаптаційного потенціалу особистості військовослужбовця НГУ можливо використовувати комплекс психодіагностичних методик, до якого ввійшли:

- 1) Багаторівневний особистісний опитувальник "Адаптивність-200";
- 2) Експрес-опитувальник "Деадаптивність" (Приходько І. І., Мацегора Я. В., Колесніченко О. С., Байда М. С.);
- 3) "Методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд);
- 4) Опитувальник оцінки стану адаптації "ОСАДА" (С. І. Яковенко).

2.6.1 Методика оцінювання адаптаційних здібностей особистості (багаторівневний особистісний опитувальник "Адаптивність-200")

Опитувальник призначений для вивчення адаптаційних можливостей військовослужбовців на основі оцінювання деяких соціально-психологічних і психологічних характеристик особистості, що відображають інтегральні особливості психічного і соціального розвитку.

БОО "Адаптивність" використовується для вирішення завдань визначення рівня стійкості до бойового стресу. Крім традиційних шкал –

ПР (психічна регуляція), КП (комунікативний потенціал) і МН (моральна нормативність), – до цієї версії опитувальника ввійшли додаткові шкали: ВПС (військово-професійна спрямованість), ДАП (схильність до девіантних форм поведінки) і СР (суїцидальний ризик).

Інструкція. Зараз досліджуватимуться деякі ваші особистісні особливості. Опитувальник містить 200 тверджень стосовно життя, роботи, стосунків у родині, інтересів і схильностей. Ви мусите визначити своє ставлення до кожного твердження, тобто погодитися або не погодитися з ним. У разі згоди ви даєте ствердну відповідь “так”, якщо незгодні – “ні”.

Правильних або неправильних відповідей бути не може, тому довго не замислюйтеся і давайте відповідь, керуючись тим, що більше відповідає вашому характеру чи уявленню про самого себе.

Текст опитувальника

1. Трапляється, що я серджуся.
2. Зазвичай уранці я прокидаюся свіжим і відчуваю, що відпочив.
3. Зараз я приблизно так само працездатний, як і завжди.
4. Доля безумовно несправедлива до мене.
5. Запори у мене бувають дуже рідко.
6. Часом мені дуже хотілося покинути свій дім.
7. Часом у мене трапляються напади сміху або плачу, з якими я ніяк не можу впоратися.
8. Мені здається, що мене ніхто не розуміє.
9. Вважаю, що коли хтось заподіяв мені зло, я повинен йому відповісти тим самим.
10. Іноді мені спадають такі недобрі думки, що краще про них нікому не розповідати.
11. Мені важко зосередитися на якому-небудь завданні чи роботі.
12. У мене бувають дуже дивні і незвичайні переживання.
13. У мене не виникало неприємностей через мою поведінку.
14. У дитинстві я скоював дрібні крадіжки.
15. Іноді в мене виникає бажання ламати або крушити все навколо.
16. Бувало, що я цілими днями або навіть тижнями нічого не робив, бо не міг змусити себе взятися до роботи.
17. Сон у мене переривчастий і неспокійний.
18. Моя родина не схвалює мій вибір щодо роботи.
19. Траплялося, що я не виконував своїх обіцянок.
20. У мене часто болить голова.
21. Раз на тиждень або й частіше я без жодної видимої причини раптово відчуваю жар у всьому тілі.
22. Було б добре, якби майже всі закони скасували.
23. Стан мого здоров'я майже такий самий, як у більшості моїх знайомих (не гірше).
24. На вулиці намагаюсь уникати зустрічі зі своїми знайомими або шкільними друзями, з ким давно не бачився, якщо вони зі мною не

заговорюють першими.

25. Більшості людей, які мене знають, я подобаюся.
26. Я –людина товариська.
27. Іноді я так наполягаю на своєму, що люди втрачають терпіння.
28. Значну частину часу настрій у мене пригнічений.
29. Тепер мені важко сподіватися на те, що я чого-небудь досягну в житті.
30. У мене мало впевненості в собі.
31. Іноді я кажу неправду.
32. Зазвичай я вважаю, що життя – добра річ.
33. Я вважаю, що більшість людей здатна збрехати, аби просунутися по службі.
34. Я охоче беру участь у громадських заходах.
35. Я дуже рідко сварюся з членами моєї родини.
36. Іноді в мене виникає велике бажання порушити правила пристойності або кому-небудь нашкодити.
37. Найважча боротьба для мене – боротьба із самим собою.
38. М'язові судоми або сіпання в мене бувають украй рідко (або майже не буває).
39. Я досить байдужий до того, що зі мною буде.
40. Іноді, коли відчуваю себе не добре, я буваю дратівливим.
41. Значну частину часу в мене таке відчуття, що я зробив щось не те або навіть щось погане.
42. Деякі люди до того люблять керувати, що мені так і кортить робити все наперекір, навіть коли знаю, що вони мають рацію.
43. Я часто вважаю себе зобов'язаним відстоювати те, що вважаю справедливим.
44. Моя мова зараз така сама, що й зазвичай (не швидше й не повільніше, немає ні хрипоти, ні виразності).
45. Я вважаю, що моє родинне життя таке саме добре, як у більшості моїх знайомих.
46. Мене вкрай дошкуляє, коли мене критикують або лають.
47. Іноді в мене виникає таке відчуття, що я просто повинен заподіяти ушкодження собі або кому-небудь іншому.
48. Моя поведінка значною мірою визначається звичаями тих, хто мене оточує.
49. У дитинстві в мене було таке товариство, де всі прагнули стояти один за одного.
50. Іноді мені так і кортить із ким-небудь затіяти бійку.
51. Траплялося, що я казав про речі, в яких не розбирався.
52. Зазвичай я засинаю спокійно і мене не турбують жодні думки.
53. Останні кілька років я відчуваю себе добре.
54. У мене ніколи не було ні припадків, ні судом.
55. Зараз моя вага постійна (я не худну і не повнішаю).
56. Я вважаю, що часто мене карали несправедливо.

57. Я легко можу розплакатися.
58. Я мало втомлююся.
59. Я був би доволі спокійним, якби в кого-небудь із моєї родини трапилися неприємності через порушення закону.
60. Із моїм розумом діється щось недобре.
61. Аби приховати свою сором'язливість, мені доводиться докладати великих зусиль.
62. Напади запаморочення в мене бувають дуже рідко (або майже не буває).
63. Мене непокоять сексуальні (статеві) питання.
64. Мені важко підтримувати розмову з людьми, з якими я тільки що познайомився.
65. Намагаючись щось зробити, я часто помічаю, що в мене тремтять руки.
66. Руки у мене такі самі спритні й моторні, як і раніше.
67. Значну частину часу я відчуваю загальну слабкість.
68. Іноді, коли збентежений, я вкриваюся рясним потом і мене це дратує.
69. Іноді я відкладаю на завтра те, що мусив зробити сьогодні.
70. Вважаю себе приреченою людиною.
71. Траплялося, що мені було важко втриматися від того, аби не поцупити щось у когось або де-небудь, наприклад у магазині.
72. Я зловживав спиртними напоями.
73. Мене часто щось непокоїть.
74. Мені б хотілося бути членом кількох гуртків або товариств.
75. Я рідко задихаюся, і в мене не буває сильного серцебиття.
76. Усе своє життя я суворо дотримуюся принципів, заснованих на почутті обов'язку.
77. Траплялося, що я перешкоджав або чинив наперекір людям просто із принципу, а не тому, що справа дійсно була важливою.
78. Якщо мені не загрожує штраф і машин поблизу немає, я можу перейти вулицю там, де бажаю, а не там, де слід.
79. Я завжди був незалежним і вільним від контролю з боку сім'ї.
80. У мене бували періоди такої великої стурбованості, що я навіть не міг усидіти на місці.
81. Часто мої вчинки тлумачилися хибно.
82. Мої батьки і (або) інші члени моєї родини прискіпуються до мене більше ніж треба.
83. Хтось керує моїми думками.
84. Людям байдуже до того, що зі мною трапиться.
85. Мені подобається бувати в товаристві, де всі жартують один над одним.
86. У школі я засвоював матеріал повільніше за інших.
87. Я цілком упевнений у собі.
88. Нікому не довіряти – найбезпечніше.

89. Раз на тиждень або частіше я буваю дуже збудженим і схвильованим.
90. У товаристві мені важко знайти відповідну тему для розмови.
91. Мені легко змусити інших людей боятися мене, і іноді я це роблю заради забави.
92. У грі я вважаю за краще вигравати.
93. Безглуздо засуджувати людину, яка обдурила того, хто сам дозволяє себе обдурювати.
94. Хтось намагається впливати на мої думки.
95. Я щодня випиваю багато води.
96. Найщасливішим я буваю наодинці.
97. Я обурююся кожного разу, коли дізнаюся, що злочинець з якої-небудь причини залишився непокараним.
98. У моєму житті був один або кілька випадків, коли я відчував, що хтось за допомогою гіпнозу примушує мене скоювати ті чи інші вчинки.
99. Я дуже рідко першим починаю розмову з людьми.
100. У мене ніколи не було непорозумінь із законом.
101. Мені приємно мати серед своїх знайомих значущих людей, це начебто додає мені ваги у власних очах.
102. Іноді без жодної причини у мене раптово настають періоди незвичайної веселості.
103. Життя для мене майже завжди пов'язане з напруженням.
104. У школі мені було дуже важко виступати перед класом.
105. Люди виявляють стосовно мене стільки співчуття і симпатії, наскільки я заслуговую.
106. Я відмовляюся грати в деякі ігри, бо в мене це погано виходить.
107. Вважаю, що я знаходжу друзів так само легко, як і інші.
108. Мені неприємно, коли навколо мене є люди.
109. Як правило, мені не щастить.
110. Мене легко збити з пантелику.
111. Деякі члени моєї родини скоювали вчинки, які мене лякали.
112. Іноді в мене трапляються напади сміху або плачу, з якими я ніяк не можу впоратися.
113. Мені важко приступити до виконання нового завдання або розпочати нову справу.
114. Якби люди не були налаштовані проти мене, я досягнув би в житті набагато більшого.
115. Мені здається, що мене ніхто не розуміє.
116. Серед моїх знайомих є люди, які мені не подобаються.
117. Я легко втрачаю терпіння, спілкуючись із людьми.
118. Часто в новій обстановці я переживаю почуття тривоги.
119. Часто мені хочеться померти.
120. Іноді я такий збуджений, що мені важко заснути.
121. Часто я переходжу на інший бік вулиці, щоб уникнути небажаної зустрічі.

122. Бувало, що я кидав розпочату справу, оскільки боявся не справитися з нею.
123. Майже щодня трапляється що-небудь, що лякає мене.
124. Навіть серед людей зазвичай я відчуваю себе самотнім.
125. Я переконаний, що існує лише одне єдине правильне розуміння сенсу життя.
126. У гостях я частіше сиджу де-небудь осторонь або розмовляю з кимось одним, аніж беру участь у загальних розвагах.
127. Мені часто кажуть, що я запальний.
128. Буває, що я з ким-небудь пліткую.
129. Часто мені неприємно, коли намагаюся застерегти кого-небудь від помилок, а мене розуміють неправильно.
130. Я часто звертаюся до людей за порадою.
131. Часто, навіть тоді, коли все для мене складається добре, я відчуваю до всього байдужість.
132. Мене доволі важко вивести із себе.
133. Коли я намагаюся вказати людям на їхні помилки або допомогти, вони часто розуміють мене неправильно.
134. Зазвичай я спокійний і мене нелегко позбавити душевної рівноваги.
135. Я заслуговую на суворе покарання через свою провину.
136. Мені притаманно так сильно переживати свої розчарування, що я не можу змусити себе не думати про них.
137. Часом мені здається, що я ні на що не здатний.
138. Бувало, що під час обговорення деяких питань я, особливо не замислюючись, погоджувався з думкою інших.
139. Мене дуже непокоять різні нещастя.
140. Мої переконання і погляди непохитні.
141. Я вважаю, що можна, не порушуючи закону, спробувати його обійти.
142. Є люди, які мені настільки неприємні, що в глибині душі я радію, коли вони одержують прочухан за що-небудь.
143. Бували періоди, коли через хвилювання я втрачав сон.
144. Я відвідую різні громадські заходи, тому що це дозволяє мені бувати серед людей.
145. Можна пробачити людям порушення тих правил, які вони вважають безглуздими.
146. У мене є погані звички, які настільки сильні, що боротися з ними просто марно.
147. Я охоче знайомлюся з новими людьми.
148. Буває, що непристойний жарт у мене викликає сміх.
149. Якщо справа в мене йде погано, то мені відразу хочеться все кинути.
150. Я вважаю за краще діяти відповідно до власних планів, а не дотримуватися вказівок інших.
151. Мені подобається, коли оточення знає мою точку зору.

152. Якщо я погані думки про людину або навіть зневажаю її, то я мало прагну приховати це від неї.
153. Я – людина нервова і легко збудлива.
154. Усе в мене виходить погано, не так, як треба.
155. Майбутнє здається мені безнадійним.
156. Люди досить легко можуть змінювати мою думку, навіть якщо до цього вона здавалася мені остаточною.
157. Кілька разів на тиждень у мене виникає відчуття, що має трапитися щось жахливе.
158. Значну частину часу я відчуваю себе втомленим.
159. Я люблю бувати на вечірках і просто в товаристві.
160. Я прагну ухилитися від конфліктів і складних ситуацій.
161. Мене дуже дратує те, що я забуваю, куди кладу речі.
162. Пригодницькі оповідання мені подобаються більше, ніж оповідання про кохання.
163. Якщо я захочу щось зробити, але, на думку оточення, цього робити не варто, я можу легко відмовитися від своїх намірів.
164. Безглуздо засуджувати людей, які прагнуть узяти від життя все можливе.
165. Мені байдуже, що про мене думають інші.
166. Я зовсім не пристосований до військової служби і мене це дуже лякає.
167. Я переконаний, що чоловіки повинні служити у Збройних Силах тільки за власним бажанням.
168. Останнім часом у мене дедалі частіше трапляються промахи і невдачі по службі.
169. Найбільші труднощі для мене під час служби – це необхідність підкорятися командирам і начальникам.
170. Тим правилам, які, на мій погляд, несправедливі, я завжди прагну протидіяти.
171. Мені хотілося б випробувати себе серйозною й небезпечною справою.
172. Мене довго не лишає відчуття образи, заподіяне товаришами.
173. Жити за військовим розпорядком для мене просто нестерпно.
174. Я сумніваюся, що моє здоров'я зможе витримати всі навантаження військової служби.
175. Я заздрю тим, хто зміг ухилитися від військової служби.
176. Я відчуваю дедалі більше розчарувань стосовно моєї військової спеціальності.
177. Я часто гублюсь у складних і небезпечних ситуаціях.
178. Мені хотілося б служити у ВДВ або частинах спеціального призначення.
179. Із службою у мене нічого не виходить (не клеїться). Часто думаю, що це не моя справа.

180. Коли мною хтось керує, це викликає в мене відчуття протесту.

181. Мені завжди було важко пристосовуватися до нового колективу.

182. Під час подальшої служби я був би не проти послужити там, де небезпечно і ведуться бойові дії.

183. У сучасних умовах присяга на вірність Вітчизні втратила свою актуальність.

184. Мені завжди було нелегко пристосовуватися до нових умов життя.

185. У складних ситуаціях я не можу швидко приймати правильні рішення.

186. Я упевнений, що в майбутньому не стану укладати чи продовжувати контракт на проходження військової служби.

187. У мене трапляються періоди похмурої дратівливості, під час яких я зриваю зло на оточенні.

188. Я насилу витримую фізичні навантаження, пов'язані з моєю професійною діяльністю.

189. Я доволі спокійно ставлюся до необхідності брати участь у тривалих і небезпечних відрядженнях.

190. Навряд чи я захочу присвятити все своє життя військовій професії (продовжити контракт, залишитися на службі за контрактом, навчатись у військовому закладі).

191. “За компанію” з товаришами я можу прийняти неабияку кількість алкоголю (перевищити свою звичайну норму).

192. У товаристві, де я часто буваю, друзі іноді палять “травичку”. Я їх за це не засуджую.

193. Останнім часом, аби не зірватися, я вимушений приймати заспокійливі ліки.

194. Мої батьки (родичі) часто виказували побоювання через мою випивку.

195. Немає нічого поганого, коли люди намагаються випробувати на собі незвичайні стани, приймаючи деякі речовини.

196. У стані агресії я здатний багато на що.

197. Я крутий і жорстокий з оточенням.

198. Якщо хтось заподіяв мені зло, я вважаю за обов'язок відплатити йому тим самим (око за око, зуб за зуб).

199. Можна погодитися з тим, що я не дуже схильний виконувати багато наказів, вважаючи їх безглуздими.

200. Гадаю, що будь-яке положення законів і військових статутів можна тлумачити двояко.

Обробка та інтерпретація результатів наведені у табл. 2.45–2.48.

Таблиця 2.45 – Ключі до опитувальника

Шкали	Так	Ні
Достовірність		1,10,19,31,51,69,78, 92,101, 116,128,138,148.
Поведінкова регуляція (ПР)	4, 6, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 28, 29, 30, 36, 37, 39, 40, 41, 47, 57, 60, 63, 65, 67, 68, 70, 73, 80, 82, 83, 84, 86, 89, 94, 95, 96, 98, 102, 103, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 115, 117, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 125, 127, 129, 131, 135, 136, 137, 139, 143, 146, 149, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 161, 162	2, 3, 5, 23, 25, 32, 38, 44, 45, 52, 53, 54, 55, 58, 62, 66, 75, 87, 105, 132,134, 140
Комунікативний потенціал (КП)	9, 24, 27, 43, 46, 61, 64, 81, 88, 90, 99, 104, 106, 114, 121, 126, 133, 142, 151, 152	26, 34, 35, 48, 49, 74, 85, 107, 130, 144, 147, 159
Морально-етична нормативність (МН)	14, 22, 33, 42, 50, 56, 59, 71, 72, 77, 79, 91, 93, 141,145, 150, 164, 165	13, 76, 97, 100, 160, 163
Військово-професійна спрямованість (ВПС)	166, 167, 168, 169, 170, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 179, 180, 181, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 190	171, 178, 182, 189
Схильність до девіантних форм поведінки (ДАП)	6, 9, 14, 15, 22, 36, 39, 42, 47, 50, 56, 59, 71, 72, 91, 93 117,127, 141, 145, 151, 152, 164, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200	13, 100, 163.
Суїцидальний ризик	4, 8, 10, 28, 29, 39, 41, 47, 70, 84, 115, 119, 124, 136, 137, 149, 154, 155	32, 105

Шкала достовірності.

Коли загальна кількість балів дорівнює або перевищує 10, тоді висвічується інформація: результати слід вважати необ'єктивними внаслідок прагнення випробовуваного якомога більше відповідати соціально бажаному типу особистості:

$$\begin{aligned} & \text{Рівень стійкості до бойового стресу (РСБС)} = \\ & = \text{ПР ("сірі" бали)} + \text{КП ("сірі" бали)} + \text{МН ("сірі" бали)}. \end{aligned}$$

Таблиця 2.46 – Переведення значень “сірих” балів РСБС у стени

Найменування показника	С т е н и									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
“Сірі” значення 4-го рівня “Адаптивність”	≥ 87	75–86	63–74	51–62	40–50	31–39	25–30	21–24	18–20	≤ 17

Таблиця 2.47 – Інтерпретація значень РСБС у стенах

БОО	Стени	Рівень стійкості до бойового стресу
ОАП		
≥ 87	1	4 – низька стійкість до бойового стресу
75–86	2	
63–74	3	
51–62	4	3 – задовільна стійкість до бойового стресу
40–50	5	2 – достатня стійкість до бойового стресу
31–39	6	
25–30	7	
21–24	8	1 – висока стійкість до бойового стресу
18–20	9	
≤ 17	10	

1-й рівень стійкості до бойового стресу. Високий рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Повністю відповідає вимогам, які стоять перед військовослужбовцями в умовах бойової діяльності.

2-й рівень стійкості до бойового стресу. Достатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. В основному відповідає вимогам, які стоять перед військовослужбовцями в умовах бойової діяльності.

3-й рівень стійкості до бойового стресу. Задовільний рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Мінімально відповідає вимогам, які стоять перед військовослужбовцями в умовах бойової діяльності.

4-й рівень стійкості до бойового стресу. Недостатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Не відповідає вимогам, які стоять перед військовослужбовцями в умовах бойової діяльності.

Таблиця 2.48 – Переведення у стени результатів, отриманих за шкалами

Стени	Основні шкали БОО			Додаткові шкали БОО		
	ПР	КП	МН	ВПС	ДАП	СР
1	≥ 57	≥ 23	≥ 17	18–25	≥ 25	≥ 15
2	56–46	22–20	16	16–17	21–24	14–10
3	45–35	19–18	15–14	14–15	18–20	9–7
4	34–27	17–15	13–12	11–13	15–17	6–5
5	26–19	14–13	11–10	8–10	12–14	4
6	18–13	12–11	9–8	5–7	10–11	3
7	12–9	10–9	7	4	8–9	2
8	8–6	8–7	6–5	2–3	6–7	1
9	5	6	4	1	4–5	0
10	0–4	0–5	0–3	0	0–3	0

Значення шкали (Д = 0–5 балів) – висока достовірність результатів обстеження.

Значення шкали (Д = 6–9 балів) – достатня достовірність результатів

обстеження. Окремі ознаки соціальної бажаності.

Значення шкали ($D \geq 10$ балів) – результати обстеження недостовірні. Формулювання висновку не є можливим. Потрібне додаткове поглиблене обстеження (див. табл. 2.49–2.51).

Таблиця 2.49 – Шкала поведінкової регуляції

Стени	Інтерпретація значень шкали ПР
10–8	<i>Високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Високий рівень працездатності, у тому числі і в умовах вираженого стресу. Висока толерантність до несприятливих психічних і фізичних навантажень</i>
7	<i>Достатньо високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Достатньо високий рівень працездатності, у тому числі і в ускладнених умовах діяльності. Достатньо висока толерантність до психічних і фізичних навантажень. Достатньо висока стійкість до дії стрес-чинників</i>
6	<i>Достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Достатній рівень працездатності, у тому числі і в ускладнених умовах діяльності. Достатня толерантність до психічних і фізичних навантажень. Достатня стійкість до дії стрес-чинників</i>
5	<i>У цілому достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Стійкий рівень працездатності у звичних умовах життєдіяльності. За тривалої дії явних психічних навантажень можливе тимчасове погіршення якості діяльності</i>
4	<i>Деяко знижений рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Нестабільний рівень працездатності, що особливо виявляється в ускладнених умовах діяльності. Адаптація до нових і незвичайних умов життєдіяльності ускладнена і може супроводжуватися тимчасовим погіршенням функціонального стану організму</i>
3	<i>Окремі ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції. Недостатня толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності, як правило, ускладнена і може супроводжуватися тривалим погіршенням функціонального стану організму і професійної працездатності. За надзвичайно високих психічних навантажень можливий зрив професійної діяльності</i>
2	<i>Виражені ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції. Низька толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності хвороблива. Можливе тривале і виражене погіршення функціонального стану організму. Рівень професійної працездатності у цей період часу низький. За посилення психічних навантажень достатньо ймовірний зрив професійної діяльності</i>
1	<i>Украй високий рівень нервово-психічної нестійкості. Ознаки граничних нервово-психічних розладів. Украй низька толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності дуже хвороблива з тривалим і вираженим погіршенням функціонального стану організму. Працездатність у цей період часу різко знижена. Посилення психічних навантажень призводить до зриву професійної діяльності</i>

Таблиця 2.50 – Шкала комунікативного потенціалу

Стени	Інтерпретація значень шкали КП
10–8	<i>Високий рівень комунікативних здібностей.</i> Швидко адаптується в новому колективі. Легко встановлює контакти з оточенням. У міжособистісному спілкуванні не конфліктний. Завжди адекватно оцінює свою роль і правильно вибудовує міжперсональні взаємини в колективі
7	<i>Достатньо високий рівень комунікативних здібностей.</i> Достатньо швидко адаптується в новому колективі. Установлюючи міжособистісні контакти з оточенням, як правило, не зазнає труднощів. У спілкуванні не конфліктний. У більшості випадків адекватно оцінює свою роль у колективі. На критику реагує адекватно. Достатня здатність до коригування поведінки
6	<i>Достатній рівень комунікативних здібностей.</i> Достатньо швидко адаптується в новому колективі. Установлюючи міжособистісні контакти з оточенням, як правило, не зазнає труднощів. У спілкуванні не конфліктний. У більшості випадків адекватно оцінює свою роль у колективі. На критику реагує адекватно. Достатня здатність до коригування поведінки
5	<i>Рівень комунікативних здібностей середній.</i> У цілому без особливих ускладнень адаптується до нового колективу. Установлюючи міжособистісні контакти з оточенням, іноді може неправильно вибудовувати стратегію своєї поведінки. Разом із тим до критичних зауважень ставиться адекватно, здатний коригувати свою поведінку. У спілкуванні не конфліктний. Достатньо адекватно оцінює свою роль у колективі
4	<i>Задовільний рівень комунікативних здібностей.</i> На початковому етапі адаптації до нового колективу можуть виникати ускладнення. Не завжди правильно вибудовує міжперсональні взаємини, через деяку неадекватність самооцінки. На критичні зауваження на свою адресу в основному реагує адекватно, хоча й дещо хворобливо. У цілому здатний до коригування своєї поведінки
3	<i>Знижений рівень комунікативних здібностей.</i> Наявність окремих ознак акцентуації характеру. На початковому етапі адаптації до нового колективу виникають значні ускладнення. Міжперсональні взаємини (як по горизонталі, так і по вертикалі) часто вибудовує неправильно. Хворобливо реагує на критику. Недостатньо розвинута здатність до коригування своєї поведінки
2	<i>Рівень комунікативних здібностей низький.</i> Наявність ознак акцентуації характеру. Початковий етап адаптації до нового колективу розтягнутий у часі і, як правило, вельми хворобливий. Часто виникають ускладнення у вибудові міжособистісних контактів з оточенням через неадекватну самооцінку. Схильність до підвищеної конфліктності. Хворобливо реагує на критику. Фіксований на образах, завданих йому оточенням. Недостатньо розвинута здатність до коригування поведінки
1	<i>Украй низький рівень комунікативних здібностей.</i> Наявність виражених ознак акцентуації характеру. Адаптація до нового колективу тривала і вкрай хвороблива. Постійно відчуває утруднення у вибудові міжособистісних контактів з оточенням. Високий рівень конфліктності. Колективом, як правило, відкидається. Фіксований на образах, завданих оточенням, унаслідок чого здатен до ірраціональних вчинків. Украй низька здатність до коригування поведінки

Таблиця 2.51 – Шкала морально-етичної нормативності

Стени	Інтерпретація значень шкали МН
10–9	<i>Дуже високий рівень соціалізації.</i> Чітко орієнтований на загальноприйняті і соціально схвалювані норми поведінки. Неухильно дотримується корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групові інтереси ставить вище за особистісні. Виражені альтруїстські якості
8	<i>Високий рівень соціалізації.</i> Чітко орієнтований на загальноприйняті і соціально схвалювані норми поведінки. Схильний дотримуватися корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групові інтереси ставить вище за особистісні
7	<i>Достатньо високий рівень соціалізації.</i> Орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально схвалюваних норм поведінки. Дотримується корпоративних вимог. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними
6	<i>Достатній рівень соціалізації.</i> У цілому орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально схвалюваних норм поведінки. У цілому дотримується корпоративних вимог. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними
5	<i>У цілому достатній рівень соціалізації.</i> Прагне дотримуватися загальноприйнятих і соціально схвалюваних норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними
4	<i>Задовільний рівень соціалізації.</i> Не завжди орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально схвалюваних норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси, як правило, переважають над груповими
3	<i>Недостатній рівень соціалізації.</i> У цілому не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки і соціально схвалюваних вимог. У повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси переважають над груповими
2	<i>Низький рівень соціалізації.</i> Не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки. В основному вважає за краще діяти згідно з власними планами, не орієнтуючись на думку оточення. У повсякденній життєдіяльності переважають егоцентричні тенденції. Особистісні інтереси переважають над інтересами групи. Досягнення особистісних інтересів може здійснювати в обхід існуючих заборон і правил
1	<i>Украй низький рівень соціалізації</i> (значно відрізняється від номінальних значень для цієї вікової групи). Вважає за краще діяти згідно з власними планами, незважаючи на думку оточення. Особистісні інтереси домінують над груповими. Для досягнення особистісних інтересів ігноруються загальноприйняті норми і правила поведінки

Додаткові шкали БОО “Адаптивність-200” наведено в табл. 2.52–2.54.

Таблиця 2.52 – Шкала військово-професійної спрямованості

Стени	Інтерпретація значень шкали ВПС
10–8	<i>Високий рівень військово-професійної спрямованості.</i> Виражене бажання продовжувати професійну діяльність, у тому числі і в особливих умовах
7–6	<i>Достатній рівень військово-професійної спрямованості.</i> Стійка орієнтація на продовження професійної діяльності, у тому числі і в особливих умовах
5	<i>У цілому достатній рівень військово-професійної спрямованості.</i> Орієнтований на продовження професійної діяльності, у тому числі і в особливих умовах
4	<i>Недостатній рівень військово-професійної спрямованості.</i> Не повною мірою задоволений своєю військовою професійною діяльністю і службовим призначенням. Орієнтація на продовження професійної діяльності сумнівна
3–1	<i>Низький рівень військово-професійної спрямованості.</i> Не задоволений своєю військовою професійною діяльністю і службовим призначенням

Таблиця 2.53 – Шкала схильності до девіантних форм поведінки

Стени	Інтерпретація значень шкали ДАП
10–6	<i>Немає ознак девіантних (аддиктивної і делінквентної) форм поведінки.</i> Відсутність ознак агресивної поведінки стосовно оточення. Орієнтація на дотримання соціально схвалюваних норм поведінки і раціональну вибудову міжперсональних взаємин із ровесниками і людьми, старшими за віком
5	<i>У цілому немає виражених ознак девіантних (аддиктивної і делінквентної) форм поведінки.</i> Відмічається наявність окремих ознак нераціональної побудови міжперсональних взаємин із ровесниками і людьми, старшими за віком. Іноді допускає порушення соціально схвалюваних норм поведінки
4–3	<i>Відзначено наявність деяких ознак девіантних (аддиктивної і делінквентної) форм поведінки.</i> Наявність агресивних реакцій стосовно оточення. Схильність до нераціональної вибудови міжперсональних взаємин із ровесниками і людьми, старшими за віком. Схильний допускати порушення соціально схвалюваних норм поведінки
2–1	<i>Наявність виражених ознак девіантних (аддиктивної і делінквентної) форм поведінки.</i> Наявність виражених агресивних реакцій стосовно оточення. Як правило, міжперсональні взаємини із ровесниками і людьми, старшими за віком, вибудовує нераціонально. Не орієнтований на дотримання соціально схвалюваних норм поведінки

Таблиця 2.54 – Шкала суїцидального ризику

Стени	Інтерпретація значень шкали СР
10–6	<i>Немає ознак суїцидального ризику</i>
5	<i>У цілому виразних ознак суїцидальної схильності не виявлено. Наголошується наявність окремих ознак, що свідчать про певні труднощі в міжперсональних взаєминах із ровесниками і (або) людьми, старшими за віком</i>
4–3	<i>Відзначена наявність окремих ознак суїцидальної схильності. За наявності тривалої військово-професійної адаптації або труднощів у міжперсональних взаєминах із ровесниками і людьми, старшими за віком, можуть виникнути думки суїцидальної спрямованості</i>
2–1	<i>Відзначена наявність виразних ознак суїцидальної схильності. За наявності тривалої військово-професійної адаптації або труднощів у міжперсональних взаєминах із ровесниками і людьми, старшими за віком, можуть виникати думки про суїцидальний шантаж або закінчені суїцидальні дії</i>

2.6.2 Експрес-опитувальник “Дезадаптивність” (І. І. Приходько, Я. В. Мацегора, О. С. Колесніченко, М. С. Байда)

Експрес-опитувальник “Дезадаптивність” дозволяє у доволі короткий термін і за мінімуму зусиль виявити такі найрельєфніші ознаки дезадаптивності особистості, як порушення поведінкової регуляції, збільшення ймовірності суїцидального ризику, порушення моральної нормативності, утрата комунікативного потенціалу.

Опитувальник “Дезадаптивність” легкий для розуміння, алгоритм прийняття рішення за ним простий і запам’ятовується навіть за відсутності спеціальної психологічної освіти. Тому як довго цей психодіагностичний інструмент зберігатиме свою ефективність, залежить від того, наскільки відповідально психологи ставитимуться до поширення конфіденційної інформації про процедуру оброблення результатів за експрес-опитувальником “Дезадаптивність” серед військовослужбовців та інших “зацікавлених” осіб.

Інструкція. Опитувальник складається із тверджень стосовно вашого самопочуття, поведінки, характеру, стосунків. Завдання полягає в тому, щоб визначити своє ставлення до кожного твердження, тобто погодитися або не погодитися з ним. У разі згоди відповідайте “так” (знак “+” у відповідній клітинці реєстраційного бланка), якщо незгодні – “ні” (знак “–” у відповідній клітинці).

Правильних або неправильних відповідей тут бути не може, тому довго не замислюйтеся і відповідайте, виходячи з того, що більше відповідає вашому характеру або уявленню про самого себе.

Текст опитувальника

1. Зазвичай зранку я прокидаюся свіжим і відчуваю, що відпочив.
2. Мені байдуже, що про мене думають інші.
3. Вважаю, що якщо хтось заподіяв мені зло, то я маю відповісти йому тим самим.
4. Навіть серед людей я зазвичай відчуваю себе самотнім.
5. Досить часто я почуваюся втомленим.
6. Гадаю, що мене часто карали незаслужено.
7. Мені здається, що якби люди не ставилися до мене негативно, я досяг би в житті набагато більшого.
8. Значну частину часу настрій у мене пригнічений.
9. Буває, що я серджуся.
10. Досить часто мені важко зосередитися на якому-небудь завданні чи роботі.
11. Іноді мені так і хочеться затіяти з ким-небудь бійку.
12. Якщо я поганої думки про людину або навіть нехтую нею, то я майже не намагаюся цього приховувати.
13. Часом у мене буває відчуття, що я просто повинен заподіяти ушкодження собі чи комусь іншому.
14. Траплялося, що я кидав розпочату справу, бо боявся не впоратися з нею.
15. Як на мене, не має потреби дотримуватися безглузвих правил.
16. Часто, коли я намагаюся вказати людям на їхні помилки або допомогти, вони розуміють мене неправильно.
17. Часом у мене виникає відчуття, що я зробив щось не те або навіть щось погане.
18. Бували випадки, що я не дотримувався обіцянок.
19. Іноді в мене виникає бажання ламати або трощити все навколо.
20. Траплялося, що я перешкоджав або робив усупереч людям просто із принципу, а не тому, що справа була дійсно важливою.
21. Іноді я так наполягаю на своєму, що люди втрачають терпіння.
22. Мені властиво так сильно переживати розчарування, що я не можу змусити себе не думати про них.
23. Бувало, що я цілими днями або навіть тижнями нічого не міг робити, бо не міг змусити себе взятися до роботи.
24. Думаю, що не варто засуджувати людину, яка обдурює того, хто дозволяє себе обдурити.
25. У гостях найчастіше я сиджу осторонь і розмовляю з ким-небудь одним, а не беру участі в загальних розвагах.
26. Останнім часом у мене часто виникає бажання померти.
27. Серед моїх знайомих є люди, які мені не подобаються.
28. Досить часто в мене болить голова.
29. Деякі люди так полюбляють керувати, що мені так і кортить робити все всупереч, навіть коли знаю, що вони праві.

30. Часто я переходжу на інший бік вулиці, щоб уникнути небажаної зустрічі.
31. Іноді мені хочеться заснути і не прокинутися.
32. Часом мені буває складно взятися за виконання нового завдання або розпочати нову справу.
33. Як на мене, можна, не порушуючи закону, спробувати його обійти.
34. Думаю, що нікому не довіряти – найбезпечніше.
35. Зараз мені важко сподіватися на те, що я чого-небудь досягну в житті.
36. Траплялося, що я говорив про речі, в яких не розуміюся.
37. Останнім часом мені часто зауважують, що я запальний.
38. Іноді заради забави, я змушую людей боятися себе.
39. Я соромлюся звертатися до людей за порадою.
40. Майбутнє здається мені безнадійним.
41. Останнім часом я почуваюся невпевнено.
42. Я волю діяти за власними планами, а не виконувати вказівки інших.
43. Мені важко підтримувати розмову з людьми, з якими я тільки що познайомився.
44. Якщо справа в мене йде погано, мені відразу хочеться все кинути.
45. Бувало, що непристойний жарт викликав у мене сміх.

Ключі

Щирість відповідей: “+” 9, 18, 27, 36, 45.

Порушення поведінкової регуляції (порушення регулюючої функції емоційно-вольової сфери та самооцінки):

“+” 5, 10, 14, 19, 23, 28, 32, 37, 41;

“–” 1.

Імовірність учинення суїцидальних спроб (зневіра в собі, своїй здатності долати життєві труднощі, звуження перспективи життя):

“+” 4, 8, 13, 17, 22, 26, 31, 35, 40, 44.

Порушення моральної нормативності (втрата стійкості моральних переконань, існує ймовірність делінквентної поведінки):

“+” 2, 6, 11, 15, 20, 24, 29, 33, 38, 42.

Утрата комунікативного потенціалу (втрата чуття товариської підтримки, зменшення можливості розраховувати на допомогу свого колективу як антистресовий потенціал):

“+” 3, 7, 12, 16, 21, 25, 30, 34, 39, 43.

Узагальнююча шкала “*Деадаптивність*” розраховується, як сума балів за шкалами “Порушення поведінкової регуляції”, “Імовірність учинення суїцидальних спроб”, “Порушення моральної нормативності” і “Утрата комунікативного потенціалу”.

Інтерпретація значень за шкалами експрес-опитувальника “Деадаптивність” (табл. 2.55–2.59).

Таблиця 2.55 – Шкала щирості відповідей

Шкала	Інтерпретація низьких значень	Інтерпретація високих значень
Щ	Схильність до соціально бажаних відповідей, низька відвертість. Низькі бали можуть також бути через недовірливість, настороженість, тривожність	Орієнтація на співпрацю з психологом, прагнення відверто говорити про свої переживання та вчинки

Таблиця 2.56 – Шкала порушення поведінкової регуляції

Шкала	Інтерпретація низьких значень	Інтерпретація високих значень
ПР	Високий рівень нервово-психічної стійкості та поведінкової регуляції, висока адекватна самооцінка, адекватне сприйняття дійсності	Низький рівень поведінкової регуляції, певна схильність до нервово-психічних зривів, порушення регулюючої функції емоційно-вольової сфери та самооцінки, зниження адекватності сприйняття дійсності

Таблиця 2.57 – Шкала ймовірності вчинення суїцидальних спроб

Шкала	Інтерпретація низьких значень	Інтерпретація високих значень
СР	Упевненість у собі, своїх силах долати життєві труднощі, наявність перспектив у житті та зв'язків з оточенням, які утримують від здійснення суїцидальних спроб, формують додатковий резерв для додання негараздів	Зневіра в собі, своїй здатності долати життєві труднощі, глибоке почуття провини, тяжкі неприємні переживання, відчуття безперспективності, безпросвітності подальшого життя, відсутність близьких людей і друзів, які можуть надати емоційну та іншу підтримку. Імовірність здійснення суїцидальних спроб, у тому числі й демонстративних, як прохання по допомогу

Таблиця 2.58 – Шкала втрати комунікативного потенціалу

Шкала	Інтерпретація низьких значень	Інтерпретація високих значень
КП	Високий рівень комунікативних здібностей, швидке встановлення контактів з оточенням, неконфліктність, прагнення бути членом команди, установка на взаємодопомогу, особливо під час виконання професійних завдань	Низький рівень комунікативних здібностей, складності у вибудові контактів з оточенням, упереджене ставлення, недовіра, агресивність, підвищена конфліктність. Такі особливості взаємодії призводять до втрати чуття товариської підтримки, зменшують можливість розраховувати на допомогу свого колективу як антистресовий потенціал

Таблиця 2.59 – Шкала порушення моральної нормативності

Шкала	Інтерпретація низьких значень	Інтерпретація високих значень
МН	Високий рівень соціалізації, адекватна оцінка своєї ролі в колективі, орієнтація на дотримання загальноприйнятих норм поведінки та закону	Утрата стійкості моральних переконань, неадекватна оцінка свого місця і ролі в колективі, відсутність прагнення дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки. Існує ймовірність делінквентної поведінки

2.6.3 Методика діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд)

Опитувальник призначений для вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації та пов'язаних із цим рис особистості. Стимульний матеріал містить 101 твердження, що сформульовані в третій особі однини без використання будь-яких займенників. Імовірно, така форма використана авторами для того, щоб уникнути впливу прямого ототожнення, тобто ситуації, коли випробовувані свідомо, безпосередньо співвідносять твердження зі своїми особливостями. Такий методичний прийом є однією з форм нейтралізації установки випробовуваних на соціально бажані відповіді.

У методиці передбачена диференційована, 7-бальна шкала відповідей. Авторами виділяються такі 6 інтегральних показників:

- 1) адаптація;
- 2) визнання інших;
- 3) інтернальність;
- 4) самосприйняття;
- 5) емоційна комфортність;
- 6) прагнення домінування.

Кожен із цих показників розраховують за індивідуальною формулою. Інтерпретація здійснюється відповідно до нормативних даних, розрахованих для дорослої вибірки. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Інструкція. Опитувальник містить висловлювання про людину, її спосіб життя: переживання, думки, звички, стиль поведінки. Їх завжди можна співвіднести з нашим власним способом життя.

Читаючи чергове висловлювання опитувальника, зіставляйте його зі своїми звичками, своїм способом життя та оцініть, якою мірою воно може бути віднесено до вас. Аби відмітити свою відповідь, виберіть відповідний, на вашу думку, один варіант із семи пронумерованих цифрами від “0” до “6”:

- “0” – це до мене зовсім не можна віднести;
- “1” – мені це не властиво у більшості випадків;
- “2” – сумніваюся, що це можна віднести до мене;
- “3” – не наважуся віднести це до себе;
- “4” – це схоже на мене, але немає впевненості;
- “5” – це на мене схоже;
- “6” – це точно про мене.

Вибрану відповідь відмітьте у бланку для відповідей у клітинці, що відповідає порядковому номеру висловлювання.

Текст опитувальника

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу,
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда.
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится от всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать – иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: “застревает” на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставляя себя, разрешать себе; самоконтроль для него не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе, занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе – оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что они этого заслуживают.

32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему относятся, любят его.
34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.
41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.
43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразлично.
44. Уравновешен, спокоен.
45. Разозлившись, нередко выходит из себя.
46. Часто чувствует себя обиженным.
47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство: прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен напридумывать лишнего. Словом – не от мира сего.
53. Терпимый к людям, и принимает каждого человека таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком – привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный, легко тушуетя.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.
59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.
60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, неравнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.

62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения.

63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.

64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.

65. Себя просто недостаточно ценит.

66. По натуре вожак и умеет влиять на других.

67. Относится к себе в целом хорошо.

68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.

69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно – если разногласия грозят стать явными.

70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.

71. Пребывает в растерянности; все спуталось, все смешалось у него.

72. Доволен собой.

73. Невезучий.

74. Человек приятный, располагающий к себе.

75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.

76. Презирает лиц противоположного пола и не связывается с ними.

77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг – не справлюсь, а вдруг – не получится.

78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.

79. Умеет упорно работать.

80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и меняется отношение к окружающему миру.

81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.

82. Всегда говорит только правду.

83. Встрешен, обеспокоен, напряжен.

84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.

85. Чувствует неуверенность в себе.

86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.

87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.

88. Человек толковый, любит размышлять.

89. Иной раз любит прихвастнуть.

90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.

91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.

92. Никогда не опаздывает.

93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.

94. Выделяется среди других.

95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.

96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.

97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.

98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; со всем может справиться.

99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.

100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.

101. Все свои привычки считает хорошими.

Обробка та інтерпретація результатів

Алгоритм обробки даних і ключі наведено в табл. 2.60, 2.61.

Алгоритм обробки даних та інтерпретація методики діагностики соціально-психологічної адаптації

Інтегральні показники такі.

Адаптація:

$$A = \frac{a}{a + b} \times 100 \%$$

Самосприйняття:

$$S = \frac{a}{a + b} \times 100 \%$$

Визнання інших:

$$L = \frac{1,2 a}{1,2 a + b} \times 100 \%$$

Емоційна комфортність:

$$E = \frac{a}{a + b} \times 100 \%$$

Інтернальність:

$$I = \frac{a}{a + 1,4 b} \times 100 \%$$

Прагнення домінування:

$$D = \frac{2 a}{2 a + b} \times 100 \%$$

Зона невизначеності в інтерпретації результатів за кожною шкалою для підлітків наводиться в дужках, для дорослих – без дужок. Результати “до” зони невизначеності інтерпретуються як надзвичайно низькі, а “після” найвищого показника в зоні невизначеності – як високі.

Таблиця 2.60 – Ключі обробки результатів методики діагностики соціально-психологічної адаптації

№	Показники	Номери висловлювань	Норми	
1	a	Адаптивність	4,5,9,12,15,19,22,23,26,27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	(68–170) 68–136
	b	Деадаптивність	2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	(68–170) 68–136
2	a	Брехливість –	34, 45, 48, 81, 89	(18–45) 18–36
	b	+	8, 82, 92, 101	
3	a	Прийняття себе	33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	(22–52) 22–42
	b	Неприйняття себе	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	(14–35) 14–28
4	a	Визнання інших	9, 14, 22, 26, 53, 97	(12–30) 12–24
	b	Невизнання інших	2, 10, 21, 28, 40, 60, 76	(14–35) 14–28
5	a	Емоційний комфорт	23, 29, 30, 41, 44, 47, 78	(14–35) 14–28
	b	Емоційний дискомфорт	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	(14–35) 14–28
6	a	Внутрішній контроль	4, 5, 11, 12, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91, 98, 103	(26–65) 26–52
	b	Зовнішній контроль	25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77	(18–45) 18–36
7	a	Домінування	58, 61, 66	(6–15) 6–12
	b	Відомість	16, 32, 38, 69, 84, 87	(12–30) 12–24
8		Ескапізм (відхід від проблем)	17, 18, 54, 64, 86	(10–25) 10–20

Шкала “Адаптивність” виявляє рівень пристосованості людини до існування в суспільстві відповідно до вимог цього суспільства і особистих потреб, мотивів та інтересів. Адаптивність – тенденції функціонування цілеспрямованої системи, які визначаються відповідністю (або невідповідністю) між її цілями й результатами, що досягаються в процесі діяльності.

Шкала “Деадаптивність” визначає незрілість особистості, невротичні відхилення, дисгармонію у сфері прийняття рішень, що є результатом постійних неуспішних спроб індивіда реалізувати мету або наявність двох чи більше цілей.

Шкала “Брехливість” визначає рівень відвертості обстежуваного під час дослідження. Результати за цією шкалою необхідно аналізувати в першу чергу.

Шкали “Прийняття себе” і “Неприйняття себе” є результатом самооцінки індивіда, визначають рівень задоволеності чи незадоволеності особистості своїми особистісними якостями.

Шкали “Визнання інших” і “Невизнання інших” визначають рівень потреби особистості у спілкуванні, взаємодії, спільній діяльності.

Шкала “Емоційний комфорт” вимірює рівень визначеності у своєму емоційному ставленні до всього, що відбувається, до предметів та явищ, які оточують.

Шкала “Емоційний дискомфорт” вимірює невизначеність в емоційному сенсі (невпевненість, пригніченість, млявість, апатію та ін.) невизначеність щодо соціальної дійсності, яка оточує індивіда.

Шкала “Зовнішній контроль” і шкала “Внутрішній контроль” визначають схильність індивіда до певної форми локусу контролю (інтернальність і екстернальність). Якщо відповідальність за ситуації, котрі відбуваються в житті, людиною покладається більшою мірою на себе, то результати діяльності вона пояснює особливостями своєї поведінки, характеру, здібностями. Ця позиція говорить про наявність у такої людини внутрішнього, інтернального контролю. Коли домінує схильність пояснювати причини того, що відбувається, зовнішніми факторами (оточенням, долею або випадком), це свідчить про наявність у індивіда зовнішнього (екстернального) контролю.

Шкала “Домінування” визначає рівень прагнень до лідерства, керування у вирішенні завдань, найчастіше особисто значущі завдання вирішуються за рахунок оточення.

Шкала “Веденість” визначає рівень прагнень бути підлеглим, виконувати завдання, поставлені кимось іншим.

Шкала “Ескапізм (відхід від проблем)” визначає рівень уникнення проблемних ситуацій, відхід від них.

Найбільш репрезентативними характеристиками особистості, які найбільше диференціюють вибірку, є інтегральні показники “адаптація”, “прийняття себе” і “прийняття інших”.

2.6.4 Опитувальник оцінювання стану адаптації “ОСАДА” (С. І. Яковенко)

Опитувальник ОСАДА розроблений С. І. Яковенко і використовується в ситуаціях індивідуального консультування з метою оцінювання стану адаптованості особистості.

Перевагою опитувальника є швидкість отримання даних, а також можливість для респондента без зайвих слів поскаржитися на життя, указати на ті проблеми, з якими він не може впоратися, які можуть спричинити поведінковий зрив.

Під час опитування обстежуваному пропонують оцінити свій стан за допомогою тверджень.

Інструкція. Вам пропонується низка тверджень, що стосується особливостей вашого характеру і поведінки. Твердження згруповано в блоки. Уважно прочитайте всі твердження, що входять до складу кожного з 30 блоків. Літеру, що відповідає варіанту відповіді, який найбільшою мірою відображає вашу думку на цей момент, обведіть колом у бланку для відповідей.

Не витрачайте час на роздуми, найприродніша та реакція, яка першою спадає на думку. Не намагайтеся справити своїми відповідями сприятливе враження, пам'ятайте, що немає “поганих” чи “хороших” відповідей.

Текст опитувальника

1. а) я бадьорий і веселий;
б) іноді я сумую;
в) я часто буваю засмученим;
г) я відчуваю себе нещасним.
2. а) у мене було щасливе дитинство;
б) у дитинстві в мене траплялися незначні, звичайні для дітей прикромці;
в) у мене було досить важке дитинство;
г) у дитинстві життя мене не жаліло.
3. а) зараз я такий самий товариський, як і раніше;
б) мені дедалі частіше хочеться бути на самоті;
в) тільки необхідність змушує мене спілкуватися з оточенням;
г) я самотній, ніхто не розуміє мене.
4. а) я їм як завжди, з апетитом;
б) останнім часом мій апетит погіршився;
в) я помічаю, що часом їм, не відчуваючи смаку страви;
г) останнім часом я майже нічого не їм.
5. а) мене дуже цікавлять події, що відбуваються в світі;
б) тепер я менше читаю, рідше включаю радіо, телевізор;
в) я не стежу за подіями, що відбуваються в світі;
г) я втратив інтерес до життя.
6. а) як правило, я спокійний;
б) буває, що я нервую;
в) я незадоволений собою, та й інші люди дратують мене;
г) мені все стало байдуже.
7. а) я із задоволенням згадую прожиті роки;
б) у моєму минулому були епізоди, які не хочеться згадувати;
в) я соромлюся допущених у минулому помилок;
г) минуле тепер мстить мені за мої вчинки.
8. а) любов робить моє життя яскравішим і цікавішим;
б) любов – складне почуття, не кожному воно під силу;
в) любов мене лише засмучувала;
г) я не гідний любові.
9. а) я сплю спокійно і прокидаюся цілком бадьорим;
б) прокинувшись, я не завжди відчуваю себе бадьорим;
в) мені буває важко заснути через непрошені думки;

- г) я страждаю від безсоння.
10. а) у мене цікава робота;
б) моя робота не дуже цікава, але потрібна людям;
в) я збираюся змінити роботу, а можливо, і професію;
г) останнім часом я примушую себе ходити на роботу.
11. а) свої проблеми я вирішую без особливих зусиль;
б) вирішення деяких проблем вимагає від мене великих зусиль;
в) майже будь-яка проблема для мене нерозв'язна;
г) я заплутався у своїх проблемах, не можу вирішити жодної.
12. а) здається, у мене перспективне майбутнє;
б) моє майбутнє здається мені вельми невизначеним;
в) майбутнє лякає мене;
г) моє майбутнє здається мені безрадісним.
13. а) у мене склалися добрі стосунки з оточенням;
б) із деякими людьми в мене не склалися стосунки;
в) багато хто ставиться до мене вороже;
г) мені здається, що всі – проти мене.
14. а) я практично здоровий;
б) у мене не було серйозних хвороб або травм;
в) моє здоров'я підірване хворобами, важкими травмами;
г) мені вже пізно дбати про здоров'я.
15. а) у мене різноманітні інтереси й захоплення;
б) є проблеми, якими я цікавлюся серйозно;
в) найбільше мене цікавить, що про мене думають люди;
г) я втратив інтерес навіть до самого себе.
16. а) звичайно я цілком задоволений собою;
б) я далеко не завжди буваю задоволеним собою;
в) часто я собі не подобаюся;
г) я себе ненавиджу.
17. а) моє життя складається вдало;
б) моє життя не позбавлене труднощів;
в) мені зараз живеться важко;
г) моє життя здається мені нестерпним.
18. а) до мене часто звертаються по допомогу;
б) упевнений, що у важку хвилину мені допоможуть;
в) часом я не знаю, куди звернутися по допомогу;
г) мені вже ніхто не допоможе.
19. а) відчуваю себе здоровим, повним сил;
б) мене непокоїть зниження працездатності;
в) у мене занепад сил, я не справляюся;
г) моя смерть не за горами.
20. а) я маю чим заповнити вільний час;
б) часом я не знаю, чим заповнити вільний час;
в) на мене навалилося зараз стільки проблем, що мені не до розваг;

г) зараз я не в змозі що-небудь робити, навіть те, що раніше приносило мені задоволення.

21. а) я живу спокійним, розміреним життям;

б) я дотримуюся правила: хочеш жити – умій вертітися;

в) я здатний учинити щось таке, що здивує інших;

г) часом я сам не знаю, що зроблю за хвилину.

22. а) я задоволений ситуацією, що склалася;

б) бувають ситуації і краще;

в) зараз склалася досить погана ситуація;

г) я в такій ситуації, що гірше не буває.

23. а) секс приносить мені задоволення;

б) тепер секс цікавить мене менше;

в) секс мені не цікавий, від нього лише прикроці;

г) у моєму становищі безглуздо навіть думати про секс.

24. а) у мене ніколи не було проблем через алкоголь;

б) алкоголь допомагає мені розслабитися, зняти напруження;

в) алкоголь – джерело багатьох моїх проблем;

г) навіть випивка не допомагає мені забутися.

25. а) я не припиняю навчатися, працювати над собою;

б) життя часом дає гіркі уроки, залишається лише вчитися на них;

в) допущені мною помилки так мене нічому й не навчили;

г) мені вже пізно вчитися.

26. а) у мене легкий характер;

б) я – не дуже товариська людина;

в) мій характер має серйозні вади;

г) я – погана, нікчемна людина.

27. а) я розраховую прожити довге життя;

б) упевнений, що проживу ще не один десяток років;

в) я сподіваюся протягти ще років 8 – 10;

г) я скоро помру.

28. а) я вважаю, що маю великий авторитет;

б) багато хто прислухається до моєї думки;

в) на мене мало хто зважає;

г) я нічого не означаю в цьому житті.

29. а) я веду правильний, здоровий спосіб життя;

б) я не дуже дбаю про своє здоров'я;

в) я давно занедбав своє здоров'я;

г) я відчуваю себе руїною.

30. а) я заробляю цілком достатньо, аби ні в чому собі не відмовляти;

б) мого заробітку на життя вистачає;

в) через брак грошей я вимушений відмовляти собі багато в чому;

г) я відмовляю собі навіть у найнеобхіднішому.

Обробка та інтерпретація результатів

Опитувальник складається із 5 шкал, які відповідають за певні пункти.

1. Задоволення собою, своїм психічним станом (пункти 1, 6, 11, 16, 21, 26);
2. Задоволення ситуацією, її динамікою (пункти 2, 7, 12, 17, 22, 27).
3. Задоволення сферою міжособистісних стосунків (пункти 3, 8, 13, 18, 23, 28).
4. Задоволення своїм функціональним станом (пункти 4, 9, 14, 19, 24, 29).
5. Задоволення життєдіяльністю (пункти 5, 10, 15, 20, 25, 30).

Відповіді підраховуються так: “а” – 0 балів; “б” – 1 бал; “в” – 2 бала; “г” – 3 бали.

Таким чином, сумарна оцінка за кожною шкалою може змінюватися від 0 (усі відповіді “а”) до 18 (усі відповіді “г”) балів.

В інтерпретації враховується така градація:

0 – 3 бали – недостовірний результат через ігнорування реальних проблем, інфантилізм;

4 – 6 балів – успішна адаптація, відсутність серйозних проблем або їх успішне вирішення;

7 – 9 балів – рівень нормального напруження без загрози здоров'ю та благополуччю особистості, якщо таке напруження не є хронічним;

10 – 12 балів – субекстремальна напружена ситуація, що загрожує виснаженням, незадоволенням життям, є необхідність у психологічній консультації;

13 – 15 балів – скрутна життєва ситуація потребує психологічної допомоги, психотерапії;

16 – 18 балів – ситуація життєвої кризи, є загроза самогубства: необхідна невідкладна психологічна або навіть психіатрична допомога.

На особливу увагу заслуговують особи, у психологічному профілі яких є піки більше 13 балів, сума балів за всіма шкалами більше 45, є відповіді з кодом “г”. Такі показники можуть свідчити про життєву кризу, необхідність допомоги психіатра-суїцидолога.

2.7 Вивчення особливостей міжособистісної компетенції особистості військовослужбовця Національної гвардії України

У психології існує величезна кількість конкретних методичних прийомів дослідження міжособистісних стосунків. Систематика методик психодіагностики міжособистісних стосунків можлива за різними критеріями:

– за об'єктом (діагностика стосунків між групами, внутрішньогрупових процесів, діадних стосунків тощо);

– за завданнями, що вирішує дослідження (виявлення групової згуртованості, сумісності тощо);

– за структурними особливостями використовуваних методик (опитувальники, проектні методики, соціометрія тощо);

– за вихідною точкою відліку діагностики міжособистісних стосунків

(методики суб'єктивних переваг, методики виявлення особистісних характеристик учасника спілкування, методики дослідження суб'єктивного відображення міжособистісних стосунків тощо).

Можливі, звісно, й інші критерії систематики методик. Проте велика кількість методик ще не гарантує якості дослідження міжособистісних стосунків.

Для підвищення якості діагностування сфери міжособистісних стосунків практичним психологам у процесі планування дослідження та добору методик слід ураховувати певні моменти.

По-перше, об'єкт дослідження. Міжособистісні стосунки проявляються у великій різноманітності сфер людського буття, які істотно відрізняються одна від одної і в яких діють різні психологічні детермінанти. Тому застосування конкретних методик має свої межі, ігнорування яких призводить до знецінювання методики, необґрунтованості висновків. Так, соціометрія, адекватна для дослідження групи осіб, добре знайомих один з одним, дасть результати, які важко інтерпретувати, обстежуючи групу, що об'єднує людей з різним рівнем міжособистісного пізнання.

По-друге, завдання, які вирішуються в дослідженні. Від них залежать вимоги до валідності використовуваних методик, до обсягу психологічних даних. Зрозуміло, що дослідження, спрямоване, скажімо, на з'ясування сумісності екіпажу для тривалого спільного перебування, передбачає не тільки моделювання й аналіз міжособистісних стосунків в умовах, максимально наближених до реальних, але й поглиблене вивчення мотиваційно-потребової сфери кожного члена екіпажу з метою прогнозу й попередження міжособистісних колізій. Водночас такі методики, застосовні для дослідження структури, згуртованості відкритого для зовнішніх соціальних впливів колективу, дали б зайву і не цілком адекватну інформацію. На особливу увагу заслуговують методики дослідження міжособистісних стосунків у малих групах (скажімо, в родині), що використовуються для вирішення завдань психокорекційної роботи. Бажано, щоб вони були не тільки констатувальними, тобто розкривали картину існуючих стосунків, а й евристичними: давали б психологу можливість розуміння суб'єктивного світу досліджуваного в усій його складності, тобто розширювали діапазон психічної реальності як для психолога, так і для обстежуваної людини. У такому випадку вони виконують функцію введення в психокорекційну роботу, готують обстежуваного до усвідомлення прихованих, його багаторівневих стосунків з іншими особами. До методик дослідження міжособистісних стосунків, що застосовуються для вирішення завдань психокорекційної роботи, зазвичай не висуваються жорсткі вимоги щодо їх діагностичної та прогностичної валідності: вони дозволяють побудувати робочу гіпотезу, що в подальшому уточнюється й верифікується. У цій сфері дослідження з'являються й такі нові вимоги до методик, як психокорекційний ефект самої процедури дослідження або принаймні відсутність негативного впливу на обстежуваного. Вони також мають сприяти встановленню доброго емоційного контакту психолога з обстежуваним.

По-третє, структурні особливості використовуваних методик. Цей критерій мотивації досліджуваного до тестування і його вікових характеристик варто особливо брати до уваги. Окремі методики не передбачають зростання мотивації до виконання завдання вже за самою сутністю своєї будови. Найбільше це стосується опитувальників. Їх об'ємні варіанти (скажімо, тест ММРІ або СРІ), включені в тест-батарею як вступні, знижують мотивацію до дослідження і не тільки ускладнюють обстеження, а й певним чином спотворюють його результати. З тієї самої причини вони незручні й тоді, коли психологу необхідно забезпечити хороший особистісний контакт із обстежуваним. Що стосується вікових характеристик досліджуваних, то тут слід особливо звертати увагу на ті випадки, коли методичний прийом, оригінальний або видозмінений, спочатку розроблений для конкретного віку, застосовується в ширшому віковому діапазоні. Так, скажімо, процедури, засновані на рефлексії власних переживань, що вимагають усвідомлення власного суб'єктивного ставлення до людей, не мають обмежень у застосуванні для дослідження дітей і підлітків.

По-четверте, вихідна точка відліку діагностики міжособистісних стосунків (ідеться про такі психологічні параметри, на яких ґрунтуються судження психолога про міжособистісні стосунки). Точки відліку в оцінюванні міжособистісних стосунків істотно відрізняються навіть у тих випадках, коли результати дослідження інтерпретуються в тих самих термінах. Для одних методик головними є показники міжособистісної привабливості, ситуації суб'єктивного вибору, для інших – глибинні мотиваційно-потребові характеристики кожного учасника взаємодії, для третіх – ситуаційні детермінанти поведінки тощо. Це необхідно брати до уваги для критичного осмислення інтерпретації одержуваних даних.

Таким чином, дослідник завжди постає перед проблемою вибору глибини методики, що вимагає від нього точного усвідомлення того, на механізмах якої психологічної реальності побудована методика. Бажано, аби критерій вихідної точки був основним в організації дослідження і підборі методичних прийомів. Це дозволить уникнути смислового дублювання отримуваних даних і структурувати дослідження за психологічними рівнями, що вивчаються.

Наведемо характеристику основних методик діагностики міжособистісних стосунків, які допоможуть психологам військових частин НГУ спланувати дослідження міжособистісних стосунків військовослужбовців відповідно до поставлених завдань. До обговорюваної категорії увійшли “Методика інтерперсональної діагностики міжособистісної поведінки” (Л. М. Собчик); “Шкала толерантності” (Т. Адорно, Є. Френкель-Брунсквік, Д. Левінсон, Р. Сенфорд); “Індекс толерантності” (С. У. Солдатова, О. А. Кравцова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова); “Визначення інтегральних форм комунікативної агресивності” (В. В. Бойко); “Опитувальник толерантності до невизначеності” (Т. В. Корнілова); “Тест самооцінки індивідуального стилю керівництва” (В. І. Барко) та ін.

2.7.1 Методика інтерперсональної діагностики міжособистісної поведінки (Л. М. Собчик)

“Методика інтерперсональної діагностики міжособистісної поведінки” (ДМП) Л. М. Собчик являє собою модифікований варіант інтерперсональної діагностики Т. Лірі, автор якої є послідовником ідей Г. С. Салівена. Теоретичний підхід Г. С. Салівена до розуміння особистості ґрунтується на уявленні про важливу роль оцінок і поглядів значущого для цього індивіда оточення, під впливом яких відбувається його персоніфікація, тобто формується особистість. У процесі взаємодії з оточенням особистість проявляється у стилі міжособистісної поведінки. Реалізуючи потребу в спілкуванні і в здійсненні своїх бажань, людина погоджує свою поведінку з оцінками значущого оточення на рівні усвідомленого самоконтролю, а також несвідомо – із символікою ідентифікації.

Методика ДМП (Л. М. Собчик) являє собою набір лаконічних характеристик, за яким випробовуваний передусім оцінює себе, своє актуальне “Я” на момент обстеження.

Кожна зі 128 характеристик має свій порядковий номер. У модифікованому варіанті методики передбачена спеціальна сітка – реєстраційний аркуш, на якому номери від 1 до 128 розміщено таким чином, аби подальше обчислення балів кожного з октант було максимально спрощеним. Оцінюючи себе за пунктами опитувальника, випробовуваний закреслює навхрест номери, які відповідають його рисам, залишаючи незакресленими інші, для нього не характерні. При цьому йому пропонують дотримуватися інструкції.

Інструкція. Перед вами опитувальник, який містить різноманітні характеристики. Слід ретельно прочитати кожен і подумати, чи відповідає вона вашому уявленню про себе. Якщо так, то перекресліть навхрест відповідну порядковому номеру характеристики цифру в сітці реєстраційного аркуша. Якщо ні, то не робіть ніяких відміток на реєстраційному аркуші. Постарайтеся виявити максимально уважність і відвертість, аби уникнути повторного обстеження. Отже, яка ви людина?..

Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Текст опитувальника

Я – человек, который ...

1. Умеет нравиться.
2. Производит впечатление на окружающих.
3. Умеет распоряжаться, приказывать.
4. Умеет настоять на своем.
5. Обладает чувством достоинства.
6. Независимый.
7. Способен сам позаботиться о себе.
8. Может проявить безразличие.
9. Способен быть суровым.

10. Строгий, но справедливый.
11. Может быть искренним.
12. Критичен к другим.
13. Любит поплакаться.
14. Часто печален.
15. Способен проявлять недоверие.
16. Часто разочаровывается.
17. Способен быть критичным к себе.
18. Способен признавать свою неправоту.
19. Охотно подчиняется.
20. Покладистый.
21. Благодарный.
22. Восхищающийся и склонный к подражанию.
23. Уважительный.
24. Ищущий одобрения.
25. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи.
26. Стремится ужиться с другими.
27. Доброжелательный.
28. Внимательный и ласковый, отзывчивый к призывам о помощи.
29. Деликатный.
30. Ободряющий.
31. Отзывчивый к призывам о помощи.
32. Бескорыстный.
33. Способен вызывать восхищение.
34. Пользуется у других уважением.
35. Обладает талантом руководителя.
36. Любит ответственность.
37. Уверен в себе.
38. Самоуверен и напорист.
39. Деловитый, практичный.
40. Соперничающий.
41. Стойкий и крутой там, где надо.
42. Неумолимый, но беспристрастный.
43. Раздражительный.
44. Открытый и прямолинейный
45. Не терпит, чтобы им командовали.
46. Скептичен.
47. На него трудно произвести впечатление.
48. Обидчивый, щепетильный.
49. Легко смущается.
50. Неуверенный в себе.
57. Уступчивый.
52. Скромный.
53. Часто прибегает к помощи других.

54. Очень почитает авторитеты.
55. Охотно принимает советы.
56. Доверчив и стремится радовать других.
57. Всегда любезен в общении.
58. Дорожит мнением окружающих.
59. Общительный и уживчивый.
60. Добросердечный.
61. Добрый, вселяющий уверенность.
62. Нежный и мягкосердечный.
63. Любит заботиться о других.
64. Щедрый.
65. Любит давать советы.
66. Производит впечатление значительности.
67. Начальственно-повелительный.
68. Властный.
69. Хвастливый.
70. Надменный и самодовольный.
71. Думает только о себе.
72. Хитрый.
73. Нетерпим к ошибкам других.
74. Расчетливый.
75. Откровенный.
76. Часто недружелюбен.
77. Озлоблен.
78. Жалобщик.
79. Ревнивый.
80. Долго помнит обиды.
81. Склонен к самообвинению.
82. Застенчивый.
83. Безынициативный.
84. Кроткий.
85. Зависимый, несамостоятельный.
86. Любит подчиняться.
87. Предоставляет другим принимать решения.
88. Легко попадает впросак.
89. Легко поддается влиянию друзей.
90. Готов довериться любому.
91. Благорасположен ко всем без разбора.
92. Всем симпатизирует.
93. Прощает все.
94. Переполнен чрезмерным сочувствием.
95. Великодушен и терпим к недостаткам.
96. Стремится помочь каждому.
97. Стремящийся к успеху.

98. Ожидает восхищения от каждого.
99. Распоряжается другими.
100. Деспотичен.
101. Относится к окружающим с чувством превосходства.
102. Тщеславный.
103. Эгоистичный.
104. Холодный, черствый.
105. Язвительный, насмешливый.
106. Злой, жестокий.
107. Часто гневлив.
108. Бесчувственный, равнодушный.
109. Злопамятный.
110. Проникнут духом противоречия.
112. Недоверчивый и подозрительный.
113. Робкий.
114. Соглашатель.
115. Услужливый.
116. Мягкотелый.
117. Почти никому не возражает.
118. Навязчивый.
119. Любит, чтобы его опекали.
120. Чрезмерно доверчив.
121. Стремится снискать расположение каждого.
122. Со всеми соглашается.
123. Всегда со всеми дружелюбен.
124. Всех любит.
125. Слишком снисходителен к окружающим.
126. Старается утешить каждого.
127. Заботится о других в ущерб себе.
128. Портит людей чрезмерной добротой.

Обробка та інтерпретація результатів

Аналіз результатів здійснюється підрахунком балів за кожним з октант за допомогою спеціального ключа до опитувальника (табл. 2.61).

Таблиця 2.61 – Реєстраційний лист та ключ

1	5	9	13	17	21	25	29
2	6	10	14	18	22	26	30
3	7	11	15	19	23	27	31
4	8	12	16	20	24	28	32
33	37	41	45	49	53	57	61
34	38	42	46	50	54	58	62
35	39	43	47	51	55	59	63
36	40	44	48	52	56	60	64
65	69	73	77	81	85	89	93

Кінець табл. 2.61

66	70	74	78	82	86	90	94
67	71	75	79	83	87	91	95
68	72	76	80	84	88	92	96
97	101	105	109	113	117	121	125
98	102	106	110	114	118	122	126
99	103	107	111.	115	119	123	127
100	104	108	112	116	120	124	128
I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII

Після того, як випробовуваний оцінить себе і заповнить сітку реєстраційного аркуша, підраховуються бали за 8 октантами психограми методики. Кількість перекреслених номерів у кожному осередку підраховується відповідно до кожного з октант, що відображає той чи інший варіант міжособистісних стосунків і відповідний тип міжособистісної поведінки.

Варіанти міжособистісних стосунків

Владно-лідуючий. За помірно виражених балів (до 8) виявляє впевненість у собі, уміння бути добрим порадиником, наставником і організатором, виявляються властивості керівника. За високих показників: до 12 балів – нетерпимий до критики, переоцінка власних можливостей; вище 12 балів – дидактичний стиль висловлювань, імперативна потреба керувати іншими, риси деспотизму.

Незалежно-домінуючий. Упевнений, незалежний, нарцистичний, такий, що суперничає, із вираженим почуттям власної переваги над оточенням, із тенденцією мати особливу думку, що відрізняється від думки більшості, і займати відокремлену позицію в групі (за високих балів – 12–16).

Прямолінійно-агресивний. Залежно від ступеня вираженості показників цей октант виявляється у щирості, безпосередності, прямолінійності, наполегливості в досягненні мети (помірні бали) або надмірній завзятості, недружелюбності, нестриманості й запальності (високі бали).

Недовірливо-скептичний. Реалістичність бази суджень і вчинків, скептицизм і неконформність (до 8 балів) переростає у край образливий і недовірливий модус ставлення до оточення з вираженою схильністю до критицизму, невдоволенням оточенням і підозрілістю.

Покірно-сором'язливий. Відображає такі особливості міжособистісних стосунків, як скромність, сором'язливість, схильність брати на себе чужі обов'язки. За високих балів – повна покора, підвищене почуття провини, самоприниження.

Залежно-слухняний. За помірних балів – потреба в допомозі й довірі з боку оточення, у його визнанні. За високих показників – надконформність, повна залежність від думки оточення.

Конвенційно-співпрацюючий. Виявляє стиль міжособистісних стосунків, властивий особам, які прагнуть тісної співпраці з референтною групою, доброзичливих стосунків з оточенням. Надмірність у прояві цього стилю міжособистісних стосунків виявляється в компромісності поведінки,

нестриманості у проявах своєї дружелюбності до оточення, у прагненні підкреслити свою причетність до інтересів більшості.

Відповідально-великодушний. Виявляється вираженою готовністю допомагати оточенню, розвиненим почуттям відповідальності. Високі бали виявляють м'якосердечність, надобов'язковість, гіперсоціальність установок, підкреслений альтруїзм.

Кількісні показники за кожним октантом – від 0 до 16 – відкладаються на відповідній номеру октанти ординаті, кожна з яких розмічена дугами; відстань між ними кратна чотирьом: 0, 4, 8, 12, 16. На рівні, що відповідає отриманим балам за кожним октантом, проводиться дуга. Відокремлена дугою внутрішня частина октанта замальовується. Максимально заштриховані октанти (тобто ті, за якими бали виявилися високими) відповідають переважному стилю поведінки індивіда в міжособистісних стосунках.

Показники, які не виходять за рівень 8 балів, відповідають гармонійним особистостям. Вищі показники відповідають акцентуаціям певних поведінкових стереотипів. Оцінки, що досягають рівня 14–16 балів, свідчать про труднощі соціальної адаптації. Низькі показники за всіма октантами (0, 3 бали) можуть бути результатом скритності випробовуваного. Якщо в психограмі немає октантів, заштрихованих вище 4 балів, то достовірність даних сумнівна: випробовуваний не захотів оцінити себе відверто.

Перші чотири типи міжособистісних стосунків (I, II, III і IV) характеризуються переважанням неконформних тенденцій і схильністю до конфліктів, вираженою незалежністю думок, завзятістю, тенденцією до лідерства, із них III, IV – схильністю до диз'юнктивних (конфліктних) проявів, а I і II – більшою незалежністю поглядів, завзятістю у відстоюванні власної думки, тенденцією до лідерства й домінування. Інші чотири октанти (V, VI, VII і VIII) свідчать про протилежне: підкорюваність, невпевненість у собі і конформність (V і VI), схильність до компромісів, конгруентність і відповідальність у контактах з оточенням (VII і VIII). Інтерпретація даних має спиратися головним чином не на абсолютні величини наведених показників, а на їх сукупність.

Інтерпретація даних ДМП в основному орієнтується на переважання одних показників над іншими і меншою мірою – на абсолютні величини.

За спеціальними формулами визначаються показники двох узагальнених факторів: домінування і дружелюбності.

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

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

Результат, що відхиляється від 1,0 як у бік (+), так і (-), виявляє переважаючі тенденції. Однак застосування формул збіднює інтерпретацію окремого дослідження. Як показує досвід використання цієї методики, формули інформативніші в разі узагальнення даних численних досліджень.

Поєднання показників домінування і дружелюбності може бути наведено в 4 варіантах, що описують індивідуальний стиль міжособистісної поведінки:

1) домінування-дружелюбність;

- 2) домінування-агресивність;
- 3) підпорядкування-дружелюбність;
- 4) підпорядкування-агресивність.

Від'ємний знак показника відповідає підкоренню та агресивності, додатний – домінуванню і дружелюбності.

Якісний аналіз отриманих даних здійснюється шляхом порівняння дискограм, що демонструють відмінності в уявленні про соціальне “Я” різних людей. На підставі цього можна визначити індекси точності рефлексії, ступінь розбіжності уявлень індивіда про себе самого і уявлень про нього інших осіб. Методичний прийом дозволяє вивчати проблему психологічної сумісності.

Методика ДМП Л. Н. Собчик може використовуватися з метою вивчення уявлень і оцінок особистості як свого реального, так і ідеального соціального “Я”. У цьому випадку передбачається використання методу кореляційного аналізу (метод рангової кореляції) для визначення ступеня зв'язку цих уявлень (оцінок).

Вивчення структури “Я” за допомогою ДМП

Завдяки своїй певній лаконічності і простоті діагностика міжособистісних стосунків являє собою зручний інструмент для вивчення внутрішньоособистісної конгруентності індивіда.

Для цього до раніше наведеної інструкції слід додати таку фразу: “Після того, як ви оцінили себе за наведеними в опитувальнику характеристиками, зробіть те ж саме щодо образу “Я”, якого ви прагнете, тобто опишіть за допомогою тих самих характеристик ідеал вашого “Я”. При цьому не забудьте включити й ті властивості, якими ви володієте, якщо вони не суперечать вашому уявленню про ідеал”.

Отримані дані обчислюють і заносять у психограму так само, як і в першому випадку, після чого здійснюється аналіз і зіставлення оцінки обстежуваним його актуального й ідеального образу “Я”.

Найчастіше зустрічається такий варіант звіставлення оцінки актуального й ідеального образу “Я”, коли навіть незначні кількісні відмінності дозволяють судити про особливості стилю міжособистісної поведінки індивіда. Якщо в образі “Я” V октант закреслений більше за інші, а в образі “ідеала Я” він значно зменшений, а йому протиставлений I октант збільшений, то випробовуваний вважає себе надмірно пасивним, сором'язливим і боязким у міжособистісних стосунках і хотів би цих властивостей позбутися, бути впевненішим у собі.

Якщо образ “Я” включає в себе високі показники IV октанта (тобто виявляє недовірливість,сторожкість, невдоволення стосунками, що склалися з оточенням), а образ ідеального “Я” виявляє переважання VIII октанта і значне зменшення показників IV, то в інтерпретації результатів слід урахувати, що випробовуваний переймається міжособистісним конфліктом і почасти схильний самокритично оцінити свою роль у конкретній ситуації, прагнучи в ідеалі бути доброзичливим і конгруентним зі своїм оточенням. Таким чином, кожного разу співвідношення показників полярних (за змістовними характеристиками) ознак протилежних октантів (III і VII, II і VI) свідчить про шляхи компенсації тих

особистісних властивостей, які погіршують адаптацію особистості в соціальному середовищі.

Якщо в першому варіанті (актуальне “Я”) переважають октанти, що відображають характеристики залежної і конформної поведінки (V, VI, VII), а в другому (ідеальне “Я”) – октанти, які виявляють незалежність і домінантність (I, II) або агресивність (III), то випробовуваний болісно переживає підпорядкованість своєї позиції, страждає його самолюбство, і компенсаторні зусилля спрямовані на підвищення свого соціального статусу. Якщо співвідношення зворотне, тобто переважають незалежність, домінантність і агресивність (II, I, IV), а в ідеалі випробовуваний хотів би бути ближче до свого оточення і позбутися тих рис характеру, які сприяють розладу міжособистісних стосунків – упертість (III), агресивність (IV), дистантність (II), самовпевненість (I), – то йдеться про посилення самоконтролю над безпосередньою, спонтанною поведінкою.

Досвід показує, що насправді й образ актуального “Я”, і ідеал є невід’ємною частиною структури цілісного “Я”. Мало того, оточенням найчастіше сприймається людина згідно з її ідеальним “Я”, а актуальне “Я” являє собою її власні проблеми, усвідомлені і взяті під контроль.

У нормі зазвичай не спостерігається значних розбіжностей між “Я” актуальним і ідеальним. Помірна (неконфліктна) розбіжність або, імовірно, неповний збіг має розглядатись як необхідна умова для подальшого зростання особистості, самовдосконалення. Невдоволеність собою частіше спостерігається в осіб із заниженою самооцінкою (V, VI, VII октанти), а також у осіб, що перебувають у ситуації тривалого міжособистісного конфлікту (IV октант). Переважання одночасно I і V октанта властиво особам із проблемою хворобливого самолюбства, авторитарності; IV і VIII – конфлікт між прагненням до визнання групою і ворожістю, тобто проблема пригніченої ворожості, III–VII – боротьба мотивів самоствердження і афіліації; II і VI – проблема незалежності-покірності, яка виникає у складній службовій чи іншій ситуації, що змушує коритися всупереч внутрішньому протесту.

Приблизно так само інтерпретується співвідношення полярних октантів, коли зіставляються образи “Я” і ідеального “Я”. Особистості, у яких за даними ДМП виявляються домінантні, агресивні і незалежні риси поведінки, значно рідше невдоволені своїм характером і міжособистісними стосунками, проте і в них може виявлятися тенденція до вдосконалення свого стилю міжособистісної взаємодії з оточенням; при цьому зростання показників того чи іншого октанта визначить напрямок, яким самостійно рухається особистість із метою самовдосконалення. Це має велике значення для психолога у виборі методів коригування поведінки індивіда з урахуванням його внутрішньоособистісних ресурсів і ступеня усвідомлення існуючих проблем. Наявність виражених внутрішньоособистісних конфліктів, що виявляється у значній розбіжності показників ДМП в оцінюванні актуального й ідеального “Я”, є свідченням високої невротизації.

*Соціально-психологічне вивчення структури малих груп
за допомогою методу діагностики міжособистісних стосунків*

Для вивчення структури малої групи, чи то спортивної команди, екіпажу корабля чи військового колективу, у соціальній психології нерідко використовується процедура соціометрії, уперше запропонована Дж. Морено. Однак під час дослідження соціометричних структур окремі члени групи, набуваючи певний статус, сприймаються як певна абстракція, безлика одиниця. Той, хто офіційно є керівником або начальником, позначається як формальний лідер. Людина з найбільшим авторитетом у більшості отримує статус неформального лідера. Вони формують підгрупи “привабливих” (кон’юнктивних) і відкидаючих (диз’юнктивних) членів групи. Той, кого не обрав жоден з лідерів, опиняється в ролі ізгоя. Однак висвітлена соціометрією структура групи відповідає лише на запитання: яка ця структура, хто опинився в якій ролі. Хоча дуже важливо зрозуміти, чому саме так склалася ця структура стосунків і які особистості її сформували.

Досвід застосування ДМП у вивченні виробничих колективів порівняно з даними, отриманими під час обстеження спортивних команд, наукових лабораторій, артистичних колективів та інших малих груп, показав, що структура груп не стереотипна і значний відбиток на стиль групи накладають індивідуально-особистісні особливості окремих її членів. Водночас будь-яка група несе на собі відбиток того виду діяльності, який формує певну спільність установок усіх її членів. Якщо звичайна соціометрія має вигляд досить оголеної процедури взаємних оцінок, то із застосуванням ДМП елементи соціометрії стають менш очевидними для обстежуваних.

Інструкція являє собою продовження початкової. Після того, як випробовуваний оцінить себе і своє ідеальне “Я”, пропонується оцінити таким же чином усіх членів групи. Потім він позначає серед них того, кого вважає фактичним лідером, найкращого для співпраці і найгіршого для співпраці члена групи, найкращого для приятельських стосунків і того, хто найменш відповідає цій ролі, а також члена групи, до кого він ставиться зовсім байдуже.

Таке дослідження проходить кожний член групи, оцінюючи себе і свій ідеал, кон’юнктивні і диз’юнктивні вибори, як у плані співпраці, так і дружніх стосунків, а також виділяючи у групі найбільш сильну, ініціативну особистість, лідера. Аналіз отриманих даних дозволяє зробити висновки про ситуацію в групі, структуру стосунків, про взаємні тяжіння і відштовхування, про відповідність формального лідера експектаціям членів групи, про наявність інших ініціативних особистостей, які популярні і мають великий авторитет у більшості групи, а також про тих, хто з певних причин не прийнятий групою і опинився в ізоляції.

Поняття “лідер” зазвичай трактується як вольова особистість, здатна організувати і згуртувати навколо себе людей, захопити їх своїми ідеями, повести за собою. Однак, як показує досвід, у різних групах у сприйнятті лідера є й певні відмінності, що залежать від реальної ситуації. Чим більше в групі осіб, близьких за стилем міжособистісних стосунків, тим імовірніше, що

особистість, яка відіграє в групі роль неформального лідера, відповідатиме експектаціям більшості. Звідси особистість лідера значною мірою відображає особистісну сутність групової більшості.

Відрізняються між собою й лідери різних професійних груп, а в спортивних командах різні вимоги до поняття лідера зумовлені стилем діяльності. Якщо виробничому керівникові необхідно бути більшою мірою добрим організатором і чуйною людиною (I та VIII октанти), то спортивний лідер команди в ігрових видах повинен володіти почуттям ліктя, тобто значною конгруентністю (VII октант), а в одиночних видах боротьби – вираженим почуттям суперництва, спортивним азартом (III октант). У наукових лабораторіях лідеру прощають дистантність і відособленість, якщо за цим стоїть самостійність мислення, неконформність ідей (II октант).

Відзначено, що особи, між якими при зіставленні психограм актуального й ідеального “Я” виявляється значна різниця, в очах групи частіше ближче до ідеального “Я”, бо компенсаторні аспекти міжособистісної поведінки в груповій взаємодії виходять на перший план. Вони ж, у свою чергу, зазвичай тягнуться до тих членів групи, які ближче за інших до їх суб’єктивного ідеалу.

Для повного аналізу взаємних виборів і відштовхувань та оцінки лідера використовуються дані, отримані при вивченні самооцінки всіх членів групи і їх виборів.

Існуюче в соціальній психології уявлення про те, що чіткість у розумінні структури групи необхідна для оптимальної інтеграції колективу, на практиці підтверджується лише частково і проявляється як позитивний фактор лише до певної межі. Безумовно позитивною є наявність чіткої структури ініціативного ядра колективу. Однак подальша структуризація виявляє диз’юнктивні стосунки і членів групи, які залишилися в ізоляції, а це призводить до того, що соціально-психологічний клімат у групі стає напруженим. У такому випадку чим жорсткішою виявляється структура, тим більше вона тяжіє до розвалу, переструктурування. Будь-яка занадто очевидна структурованість виявляє осіб, яких не влаштовує ієрархія, що склалася, якщо вони не бачать перспективи підвищення свого статусу в групі. Навпаки, певна “недоструктурованість”, наявність передумов для можливих перетворень створює вищу мотивацію на досягнення успіху в тих членів групи, які в цей момент опинилися в ролі неуспішних.

Те ж саме стосується й ініціативної особистості. Якщо це – єдиний визнаний усіма лідер, то після періоду певної активності в нього може виявитися тенденція до бездіяльності, так званого спочивання на лаврах. Наявність у групі двох і більше лідерів може розхитувати її структуру, але водночас створювати у лідерів мотивацію до змагальної взаємодії, що підвищує ефективність діяльності кожного з них. Якщо ситуація наближається до конфліктної, то невеликі перестановки з урахуванням даних соціально-психологічного дослідження (із застосуванням як найадекватнішого цим цілям ДМП) сприятимуть оптимізації психологічного мікроклімату. При цьому оновлена структура групи, яка з появою в групі нової особистості знову буде

недоструктурованою, створюватиме атмосферу очікування нових, ще неясних перспектив і підвищуватиме творчий тонус та активність інших членів групи. Ефективність такого підходу підтверджена практикою застосування ДМП на низці великих підприємств.

Ці дані справедливі і стосовно інших типів малих груп, зокрема й міжособистісних стосунків у родині. Далеко не всі свої “знахідки” психологу слід обговорювати з подружжям, коли стосунки напружені і кожне зайве слово може відіграти фатальну роль. Будь-які взаємні образи можуть пробачатися, поки хто-небудь не позначить структуру стосунків таким чином, що стане раптом зовсім очевидне явне зниження значущості об’єкта недавньої афіліційної прихильності або його виражене знецінення. Після цього навести мости примирення буде вже неможливо. Не дарма В. К. Мягер і її колеги пишуть про те, що пари, які подали на розлучення, украй погано піддаються домовленостям і психотерапії, спрямованій на збереження сім’ї. Пізно. Якісь жорсткі слова, котрі вже не повернути, розділили людей; щось важливе, що створювало принаймні ілюзію взаємної любові або поваги, втрачено. Тому, виявивши явну розбіжність, наприклад, між образом реальної дружини та її суб’єктивним ідеалом в очах чоловіка, не слід уголос змальовувати структуру сформованих стосунків, але октанти, за якими ця розбіжність найбільш виражена, можуть підказати шляхи корекційного підходу. Так, важливо з’ясувати, що саме спричиняє сімейний розлад: надмірна самостійність і незалежність дружини (I, II октанти) у психогамі її актуального образу і прагнення акцентувати VI і VII октанти в ідеальному образі або її конфліктність і ревності (III і IV октанти, що протиставляються в ідеалі VIII і VII), аби правильно намітити тактику і стратегію психокорекційної роботи.

2.7.2 Методика “Шкала толерантності” (Т. Адорно, Є. Френкель-Брунsvік, Д. Левінсон, Р. Сенфорд)

Автори методики висунули гіпотезу, що політичні, економічні й суспільні переконання індивіда утворюють своєрідний усеохоплюючий образ мислення, який є вираженням прихованих рис індивідуальної структури характеру. Предметом дослідження цього колективу став потенційно фашистський індивід, авторитарна структура характеру якого визначала його особливу чутливість до антидемократичної пропаганди. Згідно з дослідженням Т. Адорно і його колег особи, чутливі до фашистської пропаганди, мають багато спільного між собою, тоді як риси, властиві потенційному антифашисту, не вкладаються в один визначений образ. Таким чином, шкала фашизму (шкала толерантності) відбиває ступінь вираженості рис характеру, що зумовлюють схильність до антидемократичної пропаганди, не висвітлюючи антифашистської структури характеру. У дослідженнях потенційно фашистського індивіда похідним пунктом став антисемітизм, який являє собою не ізольоване явище, а частину цілої ідеологічної системи.

Шкала фашизму, створена у 1940-х роках, дозволяє вимірювати упередженість, не відкриваючи мети дослідження и не називаючи відкрито групи меншин. Ця шкала корелює зі створеними тими самими дослідниками шкалами антисемітизму й етноцентризму і може їх замінити. Таким чином, шкала фашизму становить адекватний інструмент виявлення так званої авторитарної особистості і дозволяє виміряти рівень антисемітизму й егоцентризму без згадування меншин чи актуальних політико-економічних проблем. У процесі розроблення опитувальник шкали фашизму змінювався і редагувався. Нижче наведено кінцевий варіант, найбільш удалий, на думку розробників. Респондентам ця шкала подається як опитувальник для дослідження громадської думки.

Інструкція. Ми намагаємося визначити громадську думку щодо низки соціальних питань.

Переконані, що запропоноване опитування вас зацікавить. Ви знайдете тут безліч соціальних питань і проблем, про які ви вже розмірковували, читали в газетах і журналах, чули по радіо.

Це не тест на інтелект і не інформаційний тест. Відповіді не поділяються на “правильні” і “неправильні”. Найкраща відповідь – це ваша особиста думка. Можете бути певними, що яким би не був ваш погляд щодо тієї чи іншої проблеми, знайдеться чимало людей, які з вами або погодяться, або дотримуватимуться іншої думки. І це саме те, що ми хочемо визначити: наскільки розходяться думки громадськості з усіх цих соціально значущих тем.

Наголошуємо, що замовники цього опитування зовсім не обов’язково підтримують або не підтримують запропоновані вам висловлювання. Ми намагалися включити в опитування різні точки зору. Одні з них ми підтримуємо, а інші – ні. Імовірно, і ви з деякими з них однозначно погодитесь, з іншими – настільки ж однозначно не погодитесь, а з третіми не визначитесь.

Ми знаємо, що сьогодні кожна людина зайнята й не хочемо витратити багато вашого часу. Уважно прочитайте висловлювання і виберіть той варіант відповіді, який відповідає вашій реакції. Виражайте свою особисту точку зору. Не обговорюйте питання з іншими до того, як закінчите. Тут і зараз будьте якомога відвертішими, точними й ретельними.

Бланк методики

№	Твердження	Зовсім не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Складно відповісти	Скоріше згоден	Згоден	Цілком згоден
1	Слухняність і повага до авторитету – найважливіші чесноти, яким мають навчитися діти							
2	Слабкість і труднощі не зупинять нас, якщо в нас досить сили волі							
3	Науки виправдовують себе, але є багато важливих речей, які людський розум ніколи не збагне							

Продовження бланка

№	Твердження	Зовсім не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Складно відповісти	Скоріше згоден	Згоден	Цілком згоден
4	Завжди будуть війни й конфлікти – така людська природа							
5	Кожна людина має твердо вірити в надприродну силу, у впливі якої вона не сумнівається							
6	Якщо в якоїсь людини проблеми або труднощі, то їй краще про це не думати, а зайнятися приємнішими речами							
7	Той, у кого погані манери, дурні звички й погане виховання, навряд чи може розраховувати на те, що він буде прийнятий порядними людьми							
8	Молодь потребує більш суворої дисципліни, твердої рішучості і волі працювати й боротися заради сім'ї та батьківщини							
9	У деяких людей уроджене прагнення котитися вниз							
10	Сьогодні, коли так багато різних людей подорожують і між собою спілкуються, потрібно особливо ретельно захищатися від інфекцій і хвороб							
11	Той, хто ображає нашу честь, кожного разу повинен бути покараним							
12	У молодих людей бувають часом бунтарські ідеї, але коли вони дорослішають, повинні це перебороти і заспокоїтися							
13	Нашій країні більше, ніж закони й програми, потрібні самовіддані вожді, яким народ може довіряти							
14	Сексуальні злочини – такі, як зґвалтування та насильство над дітьми, заслуговують більшого, ніж просто в'язниці; таких злочинців треба привселюдно бити батогами або карати ще суворіше							
15	Людей можна підрозділити на два класи: слабкі і сильні							
16	Мабуть, немає нікого підлішого за людину, що не має великої любові, подяки й поваги до своїх батьків							
17	Імовірно, колись з'ясується, що астрологи можуть багато чого пояснити							
18	Сьогодні люди дедалі більше втручаються в чужі особисті справи, які мають залишатися приватними							
19	Війнам і соціальним хвилюванням, імовірно, колись покладе кінець землетрус або повінь, що знищить світ							
20	Більшість наших суспільних проблем було б вирішено, якби ми позбулися антисоціальних елементів, шахраїв і недоумкуватих							

№	Твердження	Зовсім не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Складно відповісти	Скоріше згоден	Згоден	Цілком згоден
21	Сексуальна розбещеність стародавніх греків і римлян – дитячі витівки порівняно з тим, що в нас діється навіть у тих колах, де цього найменш можна очікувати							
22	Якщо люди менше говоритимуть і більше будуть працювати, у всіх нас краще підуть справи							
23	Більшість людей не усвідомлюють, якою мірою наше життя визначається таємними змовами							
24	Гомосексуалісти нічим не кращі за інших злочинців і мають суворо каратися							
25	Бізнесмен і підприємець набагато важливіші для суспільства, ніж діяч мистецтв і професор							
26	Жодна нормальна порядна людина не здатна навіть подумати про те, щоб образити близького друга або родича							
27	Довірливість у стосунках обертається неповагою							
28	За важливі життєві уроки завжди доводиться сплачувати стражданнями							

Обробка та інтерпретація результатів

Шкала являє собою набір змінних, кожна з яких розглядається як важлива риса індивіда і виявляється не тільки в егоцентризмі, але й у системі поглядів і поведінки в цілому. Ці змінні взаємодоповнюють одна одну і утворюють єдиний синдром, єдину відносно стійку структуру авторитарної особистості, яка робить індивіда чутливим до антидемократичної пропаганди. Серед параметрів авторитарної особистості виділяють такі.

Консерватизм. Значна схильність до цінностей середнього класу: 1, 7, 22, 25.

Авторитарна підпорядкованість. Некритичне прагнення до підпорядкування авторитетам (батькам, старшим, вождям, надприродній силі), потреба в сильному лідері, роболіпство перед державною владою: 1, 3, 5, 12, 13, 26, 28.

Авторитарна агресія. Схильність до осуду, відкидання і покарання людей, які не поважають традиційні цінності, потреба в зовнішньому об'єкті для розрядки стримуваних у "ми-групі" агресивних імпульсів: 7, 8, 11, 14, 16, 20, 22, 24.

Екстрацепція. Для позначення домінантності почуттів, фантазій, роздумів, бажань, суб'єктивного розуміння поглядів, що ґрунтуються передусім на уявленні, Мюрреєм було введено поняття "інтрацепція". Протилежним йому є поняття "екстрацепція" – тенденція керуватися конкретними фізичними умовами, що сприймаються однозначно (реальними, об'єктивними фактами). Автори методики під екстрацепцією розуміють неприйняття всього

суб'єктивного, творчого, придушення фантазій і уявлення, страх виявляти справжні відчуття і втратити самоконтроль, знецінювання людини і надання особливої значущості об'єктивній реальності: 6, 18, 22, 25.

Суверенність і стереотипія. Віра в містичну визначеність долі; схильність до забобонів, перекладання відповідальності на зовнішні сили, ригідність мислення: 3, 5, 9, 15, 17, 19.

Комплекс влади. Мислення в таких категоріях, як владування-підпорядкування, сильний-слабкий, вождь-послідовник, ідентифікування себе з образами, що втілюють силу; вип'ячування конвенціоналізованих атрибутів власного "Я"; перебільшення значущості сили і твердості характеру: 2, 8, 9, 15, 17, 19.

Деструктивність і цинізм. Загальна ворожість, чорніння людської природи, оцінка ворожості стосовно чужинців як природної: 4, 27.

Проективність. Схильність вірити в те, що світ злий і небезпечний; проекція неусвідомлених, інстинктивних імпульсів на зовнішній світ: 10, 18, 21, 23.

Перебільшене занепокоєння сексуальним життям, як власним, так і інших. Надмірний інтерес до сексуальних "подій": 14, 21, 24.

Підраховується ступінь *схильності до антидемократичної ідеології* – загальна сума набраних балів, що приписуються відповідям: цілком не згоден – 1; не згоден – 2; скоріше не згоден – 3; складно відповісти – 4; скоріше згоден – 5; згоден – 6; цілком згоден – 7.

28 – 70 балів – низька схильність до антидемократичної ідеології;

71–154 бали – середня схильність до антидемократичної ідеології;

155–196 балів – сильна схильність до антидемократичної ідеології.

Варто наголосити, що професійна ідентичність дозволяє концентрувати військовослужбовцям свої внутрішні й зовнішні ресурси навколо інтеріоризованих професійних цінностей, запозичувати досвід, мотивацію, особливості ставлення своєї професійної групи до дій (розроблення плану дій, спонування тощо) у небезпечних умовах. І в цьому значенні показники за "Шкалою фашизму" ("Шкала толерантності") свідчать не стільки про антидемократичність особистості військовослужбовця як такої, скільки про зосередженість на цінностях своєї соціальної групи.

2.7.3 Експрес-опитувальник "Індекс толерантності" (Г. У. Солдатова, О. А. Кравцова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова)

Для діагностики загального рівня толерантності групою психологів центру "Гратіс" розроблено експрес-опитувальник "Індекс толерантності".

Стимульний матеріал опитувальника становлять твердження, що відбивають як загальне ставлення до оточуючого світу й інших людей, так і соціальні установки в різних сферах взаємодії, де виявляються толерантність і інтолерантність людини. До методики включено твердження, що виявляють ставлення до деяких соціальних груп (меншин, психічно хворих, бідних людей), комунікативні установки (повага до думки опонентів, готовність до

конструктивного вирішення конфліктів і продуктивної співпраці). Окрему увагу приділено етнічній толерантності (ставлення до людей іншої раси і етнічних груп, до власної етнічної групи, оцінка культурної дистанції). Три субшкали опитувальника спрямовані на діагностику таких аспектів толерантності, як етнічна толерантність, соціальна толерантність, толерантність як риса особистості. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Інструкція. Оцініть, будь ласка, наскільки ви згодні чи незгодні з наведеними твердженнями, і поставте відмітку навпроти кожного твердження у відповідному місці.

Бланк методики

№	Утверждения	Абсолютно не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен
1	В средствах массовой информации может быть представлено любое мнение						
2	В смешанных браках обычно больше проблем, чем в браках между людьми одной национальности						
3	Если друг предал, надо отомстить ему						
4	К кавказцам станут относиться лучше, если они изменят свое поведение						
5	В споре может быть правильной только одна точка зрения						
6	Нищие и бродяги сами виноваты в своих проблемах						
7	Нормально считать, что твой народ лучше, чем все остальные						
8	С неприятными людьми неприятно общаться						
9	Даже если у меня есть свое мнение, я готов выслушать и другие точки зрения						
10	Всех психически больных людей необходимо изолировать от общества						
11	Я готов принять в качестве члена своей семьи человека любой национальности						
12	Беженцам надо помогать не больше, чем всем остальным, так как у местных проблем не меньше						
13	Если кто-то поступает со мной грубо, я отвечаю тем же						
14	Я хочу, чтобы среди моих друзей были люди разных национальностей						
15	Для наведения порядка в стране необходима "сильная рука"						
16	Приезжие должны иметь те же права, что и местные жители						
17	Человек, который думает не так, как я, вызывает у меня раздражение						

№	Утверждения	Абсолютно не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен
18	К некоторым нациям и народам трудно хорошо относиться.						
19	Беспорядок меня очень раздражает						
20	Любые религиозные течения имеют право на существование						
21	Я могу представить чернокожего человека своим близким другом						
22	Я хотел бы стать более терпимым человеком по отношению к другим						

Обробка та інтерпретація результатів

Для кількісного аналізу підраховують загальний результат без розподілу на субшкали.

Кожній відповіді на пряме твердження присвоюється від 1 до 6 (цілком не згоден – 1 бал, цілком згоден – 6 балів). Відповідям на зворотні твердження присвоюють реверсивні бали (цілком не згоден – 6 балів, цілком згоден – 1 бал), потім отримані бали складають.

Номери прямих тверджень: 1, 9, 11, 14, 16, 20, 21, 22.

Номери зворотних тверджень: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 19.

Оцінювання виявленого рівня толерантності здійснюється за такими рівнями:

22 – 60 – низький рівень толерантності. Такі результати свідчать про високий рівень інтолерантності людини, про наявність у неї виражених інтолерантних установок стосовно оточуючого світу й людей.

61 – 99 – середній рівень. Такі результати показують респонденти, для яких характерне поєднання толерантних і інтолерантних рис. У одних соціальних ситуаціях вони поведуться толерантно, в інших можуть виявляти інтолерантність.

100 – 132 – високий рівень толерантності. Представники цієї групи мають виражені риси толерантної особистості. Однак слід розуміти, що результати, які наближаються до верхньої межі (більше 15 балів), можуть свідчити про розмиття в людини “меж толерантності”, пов’язаного, наприклад, із психологічним інфантілізмом, тенденціями до потурання, поблажливості чи байдужості. Важливо також ураховувати, що респонденти, які потрапили в цей діапазон, можуть демонструвати високий ступінь соціальної бажаності (особливо, якщо вони мають уявлення про погляди діагноста і про цілі обстеження).

Для якісного аналізу аспектів толерантності можна використовувати розподіл на субшкали:

- 1) Етнічна толерантність – 2, 4, 7, 11, 14, 18, 21;
- 2) Соціальна толерантність – 1, 6, 8, 10, 12, 15, 16, 20;
- 3) Толерантність як риса особистості – 3, 5, 9, 13, 17, 19, 22.

Субшкала “Етнічна толерантність” виявляє ставлення людини до представників інших етнічних груп та установки у сфері міжкультурної взаємодії.

Субшкала “Соціальна толерантність” дозволяє дослідити толерантні та інтолерантні прояви стосовно різних соціальних груп (меншин, злочинців, психічно хворих людей), а також вивчати установки особистості щодо деяких соціальних процесів.

2.7.4 Визначення інтегральних форм комунікативної агресивності (В. В. Бойко)

Ця методика дозволяє діагностувати комунікативну агресію, яка частіше за інші види агресії виявляється дорослими нормально соціалізованими людьми. Методиці характерна широта діагностичного діапазону. Крім тонких форм проявів агресивності і потреби в ній, вона дозволяє визначити і ступінь агресивного зараження, здатність до гальмування і способи перемикання агресивності. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Інструкція. У бланку для відповідей поряд із номером твердження поставте свої відповіді “так” чи “ні”.

Текст опитувальника

1. Временами я неожиданно взрываюсь злостью, гневом.
2. Если я вижу, что мое раздражение или злость передается другим, то обычно тут же беру себя в руки.
3. Чтобы избавляться от накопившейся злости, я придумал себе особый ритуал: периодически колочу подушку, боксирую в стенку, бегаю вокруг дома и т. п.
4. На работе я обычно сдерживаюсь, а дома бываю невыдержанным.
5. Иногда я понимаю, что вызываю у кого-либо злость, раздражение, но мне трудно изменить свое поведение или я не хочу этого делать.
6. Если мне хамят, я, как правило, сдерживаюсь и не допускаю резкости.
7. Иногда я честно признаюсь себе: я плохой человек.
8. Стоит мне разозлиться, как я добиваюсь своего от окружающих.
9. Нередко я оказываюсь вовлеченным в какую-нибудь противоборствующую группировку.
10. Время от времени меня словно тянет поругаться с кем-нибудь.
11. Я часто расплачиваюсь за свою резкость или грубость.
12. Часто какой-нибудь пустяк выводит меня из себя.
13. Разозлившись, я могу ударить кого-либо (ребенка, партнера и т. п.).
14. Чувствуя прилив злости, я могу разрядиться на неодушевленных предметах (бью кулаком об стол, что-нибудь ломаю, бью посуду).

15. Я позволяю себе злость или гнев там, где меня никто не знает.
16. Я думаю, что мой характер – не подарок.
17. Если кто-нибудь из коллег плохо отзовется обо мне, я выскажу ему все, что думаю о нем.
18. Бывают минуты, когда я ненавижу или презираю себя.
19. Чтобы заставить себя сделать что-нибудь трудное или сложное, мне иногда надо себя хорошенько разозлить.
20. Бывало так, что я оказывался членом нехорошей компании (группировки).
21. Обычно, когда я поругаюсь с кем-нибудь, мне становится легче.
22. Некоторые люди обижены на меня за мою резкость или злобу.
23. Когда я очень устаю, легко могу разозлиться, выйти из себя.
24. Моя злость обычно быстро проходит, если тот, кто ее вызвал, извиняется или признает свою неправоту.
25. Мне удастся гасить раздражение и прочие напряженные состояния в активном отдыхе: спорте, туризме, культурных мероприятиях.
26. Бывает, я выясняю отношения с продавцом или клерком на повышенных тонах.
27. У меня острый язык, мне палец в рот не клади.
28. Я обычно легко завожусь, когда сталкиваюсь с грубостью, агрессивностью окружающих.
29. Многие из того плохого, что случилось со мной в жизни, я наверняка заслужил.
30. Злость чаще всего помогает мне в жизни.
31. Я часто ругаюсь в очередях.
32. Иногда мне говорят, что я злюсь, но я этого не замечаю.
33. Переживание злости или гнева явно вредит моему здоровью.
34. Иногда я начинаю злиться ни с того ни с сего.
35. Если я разозлюсь, то чаще всего отхожу почти мгновенно.
36. Чтобы успокоить нервную систему, я часто специально начинаю заниматься каким-либо делом (чтение, телевизор, хозяйственные заботы, профессиональная работа).
37. В транспорте или магазине я бываю более агрессивен, чем на работе.
38. Я человек резкий или очень категоричный.
39. Если кто-то будет зло шутить надо мной, я скорее всего поставлю его на место.
40. Я часто злюсь на себя по какому-либо поводу.
41. В общении дома я часто специально придаю своему лицу суровое выражение.
42. Если бы понадобилось пойти на баррикады, я бы пошел.
43. Обычно моя злость дает мне импульс активности.
44. Я несколько дней переживаю последствия того, что не смог сдержаться от злости.
45. Бывают моменты, когда мне кажется, что я всех ненавижу.

46. Когда я чувствую прилив злобы или агрессии, то часто ухожу куда-нибудь, чтобы никого не видеть и не слышать.

47. Я часто успокаиваю себя тем, что срываю зло на вещах обидчика.

48. Иногда в транспортной толчее или в очереди я бываю столь агрессивен, что потом мне становится неловко за себя.

49. Я часто бываю несговорчивым, упрямым, непослушным.

50. Я легко лажу с людьми, которые провоцируют грубость или злость.

51. Если Бог когда-нибудь накажет меня за мои грехи, то это будет заслуженно.

52. Чтобы повлиять на окружающих, я часто лишь изображаю гнев или злость, но глубоко не переживаю, не испытываю этих состояний.

53. Я бы принял участие в стихийном митинге протеста, чтобы отстаивать вместе со всеми свои насущные интересы.

54. После вспышки раздражения, злобы я обычно хорошо чувствую себя некоторое время.

55. Моя раздражительность отрицательным образом сказывалась на отношениях с близкими или друзьями.

Обробка та інтерпретація результатів

Опитувальник дозволяє вивести індекс агресії з урахуванням 11 параметрів, кожен із яких оцінюється окремо в інтервалі від нуля до 5 балів. За кожен відповідь, що збігається з ключем, нараховується один бал; чим вище оцінка, тим більше виявляються вимірювані показники агресивності (табл. 2.62).

Відсутність або дуже низький рівень агресії (від 0 до 8 балів) зазвичай свідчить про нещирість відповідей респондента, його прагнення відповідати соціальній нормі. Такі результати показують люди зі зниженою самокритичністю і завищеними домаганнями.

Невисокий рівень агресії (9–20 балів) відзначається у більшості опитуваних. Зазвичай він обумовлений спонтанною агресією і пов'язаний із невмінням перемикаєти агресію на діяльність і неживі об'єкти (у цьому, можливо, немає необхідності).

Таблиця 2.62 – Ключі для визначення рівня показників агресивності

Спонтанність агресії	+1	+12	+23	+34	+45
Нездатність гальмувати агресію	-2	+13	-24	-35	-46
Невміння перемикаєти агресію на діяльність чи неживі об'єкти	-3	-14	-25	-36	-47
Анонімна агресія	+4	+15	+26	+37	+48
Провокування агресії в оточення	+5	+16	+27	+38	+49
Схильність до відбитої агресії	-6	+17	+28	+39	-50
Аутоагресія	+7	+18	+29	+40	+51
Ритуалізація агресії	+8	+19	+30	+41	+52
Схильність заражатися агресією від натовпу	+9	+20	+31	+42	+53
Задоволення від агресії	+10	+21	+32	+43	+54
Розплата за агресію	+11	+22	+33	+44	+55

Середній рівень агресії (21–30 балів) зазвичай виявляється у спонтанності, деякій анонімності і слабкій здатності до гальмування.

Підвищений рівень агресії (31–40 балів). До атрибутів, характерних для середнього рівня агресії, зазвичай додаються показники розплати, провокації.

Дуже високий рівень агресії (41 і більше балів) пов'язаний з отриманням задоволення від агресії, перейняттям агресії натовпу, провокуванням агресії в оточення.

2.7.5 Опитувальник толерантності до невизначеності (Т. В. Корнілова)

Опитувальник являє собою російськомовну інтегральну методику, призначену для визначення такої особистісної характеристики, як толерантність до невизначеності. Її основою є схема поєднання А. Фурнхамом невідомих раніше в зарубіжній літературі шкал. Методика розроблена у 2009 р. Т. В. Корніловою.

Толерантність до невизначеності в зарубіжній психології розуміють як здатність людини приймати конфлікт і напруження, що виникають у ситуації невизначеності, протистояти і суперечливості інформації, приймати невідоме, не почуватися незатишно перед невизначеністю. У вітчизняних дослідженнях толерантність розуміється як інтегральна особистісна характеристика, що вивчається в ракурсах психологічної стійкості, системи особистих і групових цінностей, особистісної установки.

Опитувальник містить 33 твердження, кожне з яких потрібно оцінити за семибальною шкалою. Діагностичне оцінювання здійснюється за трьома шкалами: толерантність до невизначеності, інтолерантність, міжособистісна толерантність до невизначеності.

Толерантність до невизначеності авторами методики розуміється як генералізована особистісна якість, що означає прагнення змін, новизни та оригінальності, готовність іти новим шляхом, надавати перевагу складним завданням, мати можливість самостійності та виходу за рамки прийнятих обмежень.

Інтолерантність фокусується на прагненні до ясності, упорядкованості в усьому і неприйнятності невизначеності, припущенні щодо провідної ролі правил і принципів, дихотомічному поділі на правильні і неправильні способи, думки та цінності (поділ світу на чорне-біле).

Міжособистісна толерантність до невизначеності означає прагнення до ясності й контролю в міжособистісних стосунках, дискомфорт у випадку невизначеності стосунків з іншими. Текст опитувальника наводиться мовою оригіналу.

Інструкція. Оцініть, будь ласка, ступінь своєї згоди чи незгоди з наведеними нижче твердженнями.

Утверждения	Абсолютно согласен	Несогласен	Кое с чем несогласен	Ни то, ни другое	Кое с чем согласен	Согласен	Абсолютно согласен
1. Любое дело можно сделать правильными путями							
2. Определенность в действиях всегда лучше нерешительности							
3. У самых хороших руководителей указания настолько точны, что подчиненным не о чем беспокоиться							
4. Умный человек упорядочивает свою жизнь таким образом, чтобы не волноваться все время из-за мелочей							
5. Лучше уж придерживаться выбранного метода ведения дел, чем менять его, поскольку это может привести к неразберихе							
6. Лучше попытаться (воспользоваться случаем) и потерпеть неудачу, чем идти всю жизнь по проторенной дорожке							
7. Задача для меня малопривлекательна, если я не считаю ее решаемой							
8. Я испытываю дискомфорт в отношениях с людьми до тех пор, пока не пойму их поведение							
9. Я начинаю довольно сильно волноваться, если оказываюсь в ситуации, которую не могу контролировать							
10. Практически каждая проблема имеет какое-то решение							
11. Меня смущает, если я не могу следовать за ходом мыслей другого человека							
12. Я всегда чувствовал, что существуют четкие различия между правильным и неправильным							
13. Меня беспокоит, если я не знаю, как другие люди реагируют на меня							
14. Если не придерживаться принципов, ничто в этом мире не будет доведено до конца							
15. Неопределенные и импрессионистские картины на самом деле ничто во мне не затрагивают							
16. Иногда мне доставляет удовольствие нарушить правило и сделать то, чего я сам от себя не ожидал							
17. Я люблю погружаться в новые идеи, даже если позже окажется, что я попросту потерял время							
18. Безупречная гармония – сущность каждой хорошей композиции							
19. В долговременной перспективе добиться большего возможно, решая маленькие и простые проблемы, чем большие и сложные							
20. Человек, который ведет ровную, размеренную жизнь (без особых сюрпризов и неожиданностей), на самом деле должен быть благодарен судьбе							

Утверждения	Абсолютно согласен	Несогласен	Кое с чем несогласен	Ни то, ни другое	Кое с чем согласен	Согласен	Абсолютно согласен
21. Специалист, который не может дать четкий ответ, возможно, не слишком много знает							
22. Нет такого явления, как проблема, которую нельзя решить							
23. Хорошая работа – это та, на которой всегда ясно, что и как это нужно делать							
24. Привычное всегда предпочтительнее незнакомого							
25. Человек, который ведет ровную, размеренную жизнь (без сюрпризов и неожиданностей), на самом деле должен быть благодарен судьбе							
26. Я больше люблю вечеринки со знакомыми людьми, чем те, где большинство людей мне совершенно незнакомы							
27. Чем скорее мы придем к единым ценностям и идеалам, тем лучше							
28. Я хотел бы пожить какое-то время в новой для меня стране							
29. Люди, которые подчинили свою жизнь расписанию, возможно, лишают себя большинства радостей жизни							
30. Интереснее заниматься сложной проблемой, чем решать простую							
31. Часто наиболее интересные и заводящие других люди – это те, кто не боится быть оригинальным и непохожим на остальных							
32. Учителя и наставники, которые нечетко формулируют задания, дают шанс проявить инициативу и оригинальность							
33. Хороший учитель – это тот, кто заставляет тебя размышлять о твоём взгляде на жизнь							

Обробка та інтерпретація результатів

Обробка результатів полягає в простому підсумовуванні набраних балів. При цьому кожній відповіді присвоюється від 1 до 7 (цілком не згоден – 1 бал, цілком згоден – 7 балів); необхідно підрахувати за зворотним напрямком бали за такими пунктами: 15, 24, 25.

Толерантність до невизначеності (ТН): 6, 15, 16, 17, 24, 25, 28, 29, 30, 31, 32, 33.

12–35 – низький показник, 36–60 – середній, 61–84 – високий.

Інтолерантність (ІТН): 1, 2, 3, 4, 5, 10, 12, 14, 18, 21, 22, 23, 27.

13–38 – низький показник, 39–65 – середній, 66–91 – високий.

Міжособистісна інтолерантність до невизначеності (MITN): 7, 8, 9, 11, 13, 19, 20, 26.

8–23 – низький показник, 24–40 – середній, 41–56 – високий.

2.7.6 Тест самооцінки індивідуального стилю керівництва (В. І. Барко)

За допомогою методики, розробленої В. І. Барком, проводиться тестування керівників підрозділів. Керівник повинен оцінити властивий йому стиль керівництва колективом, який переважно використовується в повсякденній практиці.

Тест містить опис низки ситуацій із можливими варіантами відповідей. За підсумками вибраних відповідей робиться висновок про належність керівника до одного з типів управлінської орієнтації. Стиль визначається відповідно до того, на які аспекти управлінської діяльності керівник орієнтується в різних ситуаціях. Виділяються 4 можливих типи такої орієнтації.

1. *Орієнтація на справу.* Керівник із такою орієнтацією умовно називається “діловий”, а відповідна шкала позначається як “Д”. Перевагами такої орієнтації є ініціативність, наполегливість, надання головного значення діловим якостям підлеглих, спроможність домагатися добрих результатів в оперативно-службовій діяльності, своєчасних і якісних результатів роботи колективу. Можливі й негативні ефекти такої орієнтації, пов’язані із втратами так званого “дистанційного” керування, якщо керівник зосереджує увагу тільки на діловому аспекті спілкування, бракує орієнтації на вирішення соціально-психологічних завдань.

2. *Орієнтація на міжособистісний контакт і особистість іншої людини, на особливості взаємовідносин керівника і підлеглих.* Керівник – контактоорієнтований. Шкала контактоорієнтованості позначається як “К”. Безсумнівною цінністю такої орієнтації є її соціально-психологічна спрямованість і чутливість до динаміки внутрішніх процесів становлення міжособистісних стосунків у колективі, здатність прогнозувати й випереджати негативні тенденції в підрозділах. Її негативною стороною є застрягання на суб’єктивних перевагах і ігнорування ділових якостей підлеглих, на конфліктних або недостатньо розвинутих щодо культури спілкування особах.

3. *Орієнтація на самого себе, покладання на особистий досвід, схильність до ризику, до вольових рішень.* Керівник – самоорієнтована особистість. Шкала позначається як “С”. За помірної вираженості такої орієнтації зводиться до мінімуму ймовірність прояву жорсткого авторитарного стилю керівництва з усіма його недоліками.

4. *Орієнтація на офіційну субординацію, тобто на фактор влади, на чітке дотримання встановлених правил.* Керівник офіційно орієнтований. Шкала позначається як “О”. У сполученні з орієнтацією на самого себе така орієнтація може супроводжуватися зайвою ретельністю, схильністю перекладати відповідальність на інших, що також може перешкоджати

сприятливому СПК і надійній роботі колективу.

Тестовий матеріал

Ситуація № 1

Ваш безпосередній начальник, оминаючи вас, дає розпорядження вашому підлеглому, який уже зайнятий виконанням термінового розпорядження. Ви і ваш безпосередній начальник вважаєте свої розпорядження невідкладними. Виберіть найприйнятніший варіант дій.

А. Суворо дотримуватимуся субординації, не спростовуючи рішення начальника, запропоную підлеглому відкласти виконання мого поточного розпорядження.

Б. Усе залежить від того, наскільки авторитетним вважаю свого начальника.

В. Висловлю свою незгоду з рішенням безпосереднього начальника, попереджу його про те, що надалі в таких випадках буду скасовувати його розпорядження, які доручаються підлеглому без узгодження зі мною.

Г. В інтересах справи скакую розпорядження безпосереднього начальника, накажу підлеглому продовжувати виконання мого розпорядження.

Ситуація № 2

Ви одержали одночасно два термінових розпорядження: від вашого безпосереднього начальника і прямого (вищого). Часу для узгодження термінів і умов у вас немає. Необхідно почати їх виконання. Виберіть найприйнятніший варіант ваших дій.

А. Насамперед буду виконувати розпорядження того начальника, котрого особисто більше шаную.

Б. Спочатку виконуватиму розпорядження, на мій погляд найважливіше.

В. Буду виконувати розпорядження прямого (вищого) начальника.

Г. Буду виконувати розпорядження свого безпосереднього начальника.

Ситуація № 3

Між двома вашими підлеглими виник конфлікт, що заважає їхній успішній службі. Кожний із них окремо звертався до вас із тим, аби ви прийняли його сторону і врегулювали конфлікт. Ваша позиція в цій ситуації?

А. Моя справа – не допустити, щоб вони конфліктували на службі, а вирішити сам конфлікт – це їхня особиста справа.

Б. Найкраще доручити розібратися в цьому активу колективу.

В. Насамперед спробую сам розібратися в причинах конфлікту і знайти спосіб їх примирити.

Г. З'ясуую, хто з членів колективу є авторитетом для учасників конфлікту, і впливатиму на них через цих людей.

Ситуація № 4

У напружений період завершення планового заходу в колективі порушено службову дисципліну, унаслідок чого допущено збій. Начальнику не відомий винний або винні, однак виявити і покарати їх треба. Що варто робити в такій ситуації?

А. Залишити з'ясування фактів по цій справі до закінчення виконання

термінового заходу.

Б. Підозрюваних у порушенні викликати до себе і суворо поговорити з ними віч-на-віч, запропонувати назвати порушників.

В. Повідомити про те, що трапилось, авторитетним членам колективу і запропонувати їм обговорити стан справ, з'ясувати конкретних порушників.

Г. Для підвищення службової дисципліни і службових показників, не втрачаючи часу на розмови, провести нараду, виявити й покарати порушників, попередити про недопущення подібних фактів.

Ситуація № 5

У вас є можливість вибрати собі заступника серед кількох кандидатур. Кожен із кандидатів відрізняється такими якостями.

А. Перший підлеглий уникає конфліктів із товаришами по службі, прагне насамперед того, аби налагодити доброзичливі, товариські стосунки, створити в колективі атмосферу взаємної довіри і приятельювання, що, однак, не всі розуміють правильно.

Б. Другий воліє в інтересах справи переходити на конфлікт із товаришами по службі, не боїться зіпсувати особисті стосунки заради досягнення поставленої мети.

В. Третій віддає перевагу суворому дотриманню своїх посадових прав і обов'язків, вимагає того самого від вас і своїх підлеглих, добивається чіткого виконання функціональних обов'язків.

Г. Четвертий завжди зосереджений на досягненні своєї мети, напористий в організаційних питаннях і прагне добиватися свого, не надаючи великого значення непорозумінням і конфліктам, що виникають у взаємовідносинах із колегами.

Ситуація № 6

Ситуація аналогічна попередній (№ 5). Кандидати відрізняються один від одного такими особливостями у взаємовідносинах із безпосереднім начальником:

А. Перший швидко погоджується з думкою, указівками безпосереднього начальника (тобто з вами), беззастережно і пунктуально виконує будь-які його розпорядження, незалежно від свого ставлення до справи.

Б. Другий може швидко погодитися з думкою і розпорядженням начальника і беззастережно виконувати будь-яке розпорядження, але за умови, що начальник особисто авторитетний у його очах.

В. Третій кандидат має складний характер, схильний до суперечок, буває замкнутим, важкий у контакті, але дуже досвідчений фахівець, умілий організатор, творчо виконує будь-яке розпорядження і домагається оптимальних результатів.

Г. Четвертий має великий досвід і професійні можливості, але завжди прагне вирішувати все самостійно, уникає зайвих контактів із начальником, не любить, коли йому заважають, має високе почуття відповідальності і гідності.

Ситуація № 7

Коли вам трапляється бути у святковому товаристві, до чого ви більше схильні?

А. Вести розмову на близькі вам теми, особливо стосовно професії.

Б. З'ясовувати стосунки у спірних або принципових питаннях, аби відстояти свою точку зору.

В. Не виділятися, підтримувати загальну тему для розмови, веселий настрій у товаристві.

Г. Добиватися згоди серед тих, хто сперечається, бути їхнім посередником або суддею.

Ситуація № 8

Через недисциплінованість ваш підлеглий не виконав завдання в установленій термін, хоча обіцяв і давав слово зробити цю важливу роботу до наміченої дати. Ваша реакція?

А. Спочатку добитися виконання завдання, а потім уже поговорити наодинці, виховувати, у разі потреби – покарати.

Б. Поговорити з ним наодинці, з'ясувати й обговорити причини зриву, добитися виконання роботи, у разі повторного порушення покарати вдвічі.

В. Спочатку поговорити з тими, хто більше знає про винуватця зриву, і порадитися про те, яку форму, захід впливу до нього застосувати.

Г. Відмінити завдання, передати питання на рішення активу колективу. Надалі вести ретельний контроль за його роботою, вчасно виправляти помилки.

Ситуація № 9

Ваш підлеглий ігнорує ваші вказівки, робить усе по-своєму, на вашу вимогу не виправляє помилок. Ваша поведінка стосовно нього?

А. Розібравшись у мотивах завзятості і розуміючи їх несуттєвість, застосувати звичайні адміністративні заходи покарання, не гаючи часу на розмови.

Б. В інтересах справи викликати його на відверту розмову і намагатися переконати, здобути прихильність, налаштувати на сприятливі ділові контакти надалі.

В. Насамперед спробувати вплинути на нього через актив і авторитетних для нього товаришів по службі.

Г. Спочатку подумати про те, що залежить від вашої поведінки, чи не припускаєтеся ви самі помилок, а вже потім з'ясовувати, у чому правий або не правий ваш підлеглий.

Ситуація № 10

У вже сформований колектив, де триває конфлікт між двома угрупованнями з приводу впровадження нововведень, приходить новий керівник. Яким способом, на ваш погляд, він повинен вирішити наявний конфлікт?

А. Незважаючи на опір новому прихильників старого стилю роботи, покладатися на представників протилежного угруповання, вести роботу із

запровадження нововведень, не втягуючись у конфлікти і впливаючи на противників силою свого прикладу.

Б. Передусім спробувати залучити на свій бік і переконати тих, хто не погоджується із нововведенням і хоче працювати по старому.

В. У вирішенні конфлікту насамперед спиратися на актив, доручивши йому вирішити суперечки й усунути розбіжності.

Г. Спробувати примирити прихильників старого і нового стилів роботи шляхом постановки нових перспективних завдань, підтримуючи кращі традиції колективу й відкидаючи застаріле і некорисне для справи.

Ситуація № 11

Один із членів вашого колективу раптово занедужав. Усі співробітники дуже зайняті терміною роботою. Робота відсутнього також має бути виконаною вчасно. Як ви поведетеся в такій ситуації?

А. Розпоряджуся: “Ви візьмете цю роботу. Ви займетеся іншою справою, а ви допоможете товаришам, коли виконаєте свою роботу” і т. ін.

Б. Запропоную: “Давайте подумаємо разом, хто візьме на себе цю роботу, адже її все одно потрібно зробити. Нехай кожен скаже, що він мусить виконати за цей період, а потім вирішимо разом, як виконати роботу того, хто занедужав”.

В. Скажу колективу так: “Я дуже завантажений, розподіліть самі між собою цю роботу. Виручайте один одного і весь колектив. Він одужає і відпрацює. До справи!”

Г. Скажу так: “Якщо ніхто з вас не хоче, я сам виконаю його роботу”.

Ситуація № 12

У вас склалися напружені стосунки з колегою. Припустимо, що причини цього вам не зовсім зрозумілі, але нормалізувати взаємини необхідно. Що ви зробите для цього в першу чергу?

А. Відкрито викличу його на відверту розмову, аби з'ясувати причини таких стосунків.

Б. Насамперед спробую розібратись у власній поведінці стосовно колеги.

В. Передусім зверну увагу колеги на ділові питання, що страждають від наших стосунків.

Г. Звернуся до інших колег, які його добре знають, із проханням бути посередниками в нормалізації наших стосунків.

Ситуація № 13

Ви нещодавно призначені керівником трудового колективу, у якому раніше працювали рядовим співробітником. Ви викликали підлеглого для з'ясування його частих запізнь на роботу, але самі зненацька спізналися на 15 хвилин. Як ви розпочнете бесіду з підлеглим?

А. Незалежно від свого запізнення відразу зажадаю письмового пояснення його частих запізнь.

Б. Вибачуся перед підлеглим, а потім розпочну бесіду.

В. Поясню причину свого запізнення і, використовуючи факт свого запізнення, покажу підлеглому, чого можна було б очікувати від мене як

керівника, якби я так само часто спізнювався.

Г. В інтересах справи перенесу бесіду на більш зручний момент.

Ситуація № 14

Ви працюєте керівником колективу вже другий рік. Підлеглий звертається до вас із проханням про короткострокову відпустку на чотири дні з приводу одруження. “Чому на чотири?” – здивовано запитуєте ви. “А пам’ятаєте, коли оженився Іванов, йому дозволили”, – незворушно відповідає підлеглий. “Я можу відпустити вас лише на три дні”, – відповідаєте ви і підписуєте рапорт. Однак підлеглий виходить на службу через чотири дні. Ваші дії в цьому випадку?

А. Повідомлю про порушення службової дисципліни вищому начальнику, нехай він вирішує.

Б. Зажадаю від підлеглого відпрацювати четвертий день за рахунок вихідного. Скажу, що Іванов тоді теж відпрацював.

В. Як виняток у бесіді обмежуся публічним зауваженням, адже люди одружуються не так часто.

Г. Візьму всю відповідальність на себе. Просто скажу, що так діяти не слід, але, оскільки це весілля, привітаю, побажаю щастя.

Ситуація № 15

Ви – керівник колективу. У період нічного чергування один із ваших підлеглих випив і в стані сп’яніння випадково зіпсував дороге устаткування. Інший, намагаючись відремонтувати устаткування, зазнав легкої травми. Винуватець телефонує вам додому і запитує, що ж їм тепер робити. Як ви відповісте на цей дзвінок?

А. “Дійте відповідно до інструкції. Зробіть усе, що потрібно, за правилами техніки безпеки”.

Б. “Доповідайте про те, що трапилося, черговому. Складайте акт про псування устаткування. Завтра розберемося”.

В. “Без мене нічого не починайте. Я зараз приїду, розберусь і допоможу”.

Г. “У якому стані потерпілий? Якщо необхідно, терміново викликайте швидку допомогу. Я буду о 7 годині”.

Ситуація № 16

Якось ви стали свідком того, як декілька керівників сперечалися про те, як краще поводитися з підлеглими. Яку з чотирьох точок зору ви поділяєте?

А. “Щоб підлеглий добре працював, потрібно підходити до нього індивідуально, з огляду на характер і темперамент, поважаючи його особистість”.

Б. “Усе це дрібниці. Головне в оцінці людей – це їхні ділові якості, старанність. Кожен повинен робити те, що йому належить”.

В. “Я вважаю, що успіху в керівництві можна домогтися лише в тому випадку, коли підлеглі довіряють своєму керівникові, поважають його”.

Г. “Кращі стимули в роботі – це чіткий наказ, пристойна зарплата і своєчасна премія”.

Ситуація № 17

Після реорганізації вам необхідно терміново перекомплектувати в колективі низку підрозділів відповідно до нового штатного розкладу. Який шлях ви вибираєте?

А. Візьмуся за справу сам, вивчу списки кандидатів, запропоную керівництву свій проект груп і прізвища їхніх керівників.

Б. Запропоную вирішити це питання відділу кадрів, адже це його робота.

В. Зберу актив колективу. Аби уникнути конфліктів, запропоную подати свої пропозиції щодо складу груп зацікавленим особам. Потім обговоримо їх на зборах колективу.

Г. Спочатку обговорю питання про майбутню роботу цих груп із фахівцями і керівництвом в інтересах справи.

Ситуація № 18

У вашому колективі є людина, яка скоріше значиться, ніж працює. Звільнити її немає юридичних підстав, а завантажити роботою за фахом поки немає можливості. Що робити з цією людиною надалі?

А. Особисто поговорити з нею відверто віч-на-віч і запропонувати звільнитися за власним бажанням.

Б. Запропонувати керівництву скоротити цю одиницю.

В. Спробувати все-таки використовувати цю людину на допоміжних роботах, чіткіше визначивши коло її обов'язків.

Г. Створити в колективі таке ставлення до цієї людини, щоб вона сама зрозуміла необхідність переходу на інше місце роботи.

Ситуація № 19

Отримавши премію, деякі співробітники вважають, що їх оцінили не належним чином, і звернулися до вас зі скаргою. Що ви їм відповісте?

А. “Премії розподіляє і присуджує актив колективу, а не я”.

Б. “Не хвилюйтеся. Ви одержите премію іншим разом”.

В. “Добре, я ще раз обговорю це питання, намагатимуся врахувати ваші претензії”.

Г. “Премія розподілена відповідно до затвердженого положення з урахуванням досягнень в оперативно-службовій діяльності кожного”.

Ситуація № 20

Ви нещодавно призначені керівником великого колективу. Ще не всі знають вас в обличчя. Ідучи коридором, ви бачите своїх співробітників, які про щось жваво розмовляють і не звертають на вас жодної уваги. Повертаючись за 20 хвилин, ви застаєте їх за тим самим заняттям. Як ви себе поведете?

А. Зупинюся. Дам їм зрозуміти, що я – новий начальник, мимохідь зауважу, що бачу їх тут давно. “Чи не трапилося чогось? Якщо немає роботи, зайдіть до мене в кабінет”.

Б. Запитаю, хто їхній безпосередній начальник, запрошу його до себе.

В. Поцікавлюся, що їх хвилює, про що розмова, як справи, чи немає претензій до керівництва. Після цього зауважу, що настав час працювати.

Г. Насамперед поцікавлюся, як ідуть справи на їхній ділянці, терміни

закінчення роботи, завантаження, що заважає працювати ритмічно.

Обробка та інтерпретація результатів

Для визначення типу поєднання управлінських орієнтацій керівника необхідно перенести дані в табл. 2.63.

Таблиця 2.63 – Ключі для визначення індивідуального стилю керівництва

№ ситуації	Відповіді			
	Д	К	С	О
1	Г	Б	В	А
2	Б	А	Г	В
3	А	Г	В	Б
4	А	В	Б	Г
5	Б	А	Г	В
6	В	Б	Г	А
7	А	Г	Б	В
8	А	В	Б	Г
9	Б	В	Г	А
10	Г	Б	А	В
11	А	Б	Г	В
12	В	Б	Г	А
13	Г	Б	В	А
14	Б	В	Г	А
15	А	Г	В	Б
16	Б	А	В	Г
17	Г	В	А	Б
18	В	Г	А	Б
19	Г	Б	В	А
20	Г	В	А	Б
Сума балів % за шкалою				

У таблиці розшифровуються типи орієнтацій, що відповідають запропонованим в опитувальнику варіантам відповідей. Підраховуються бали за кожною з орієнтацій.

Підсумовуючи бали за всіма шкалами, можна зробити висновок про стиль керівництва з огляду на те, що рівномірний розподіл відповідей (від 4 до 6 балів) за кожною з чотирьох шкал свідчить про гнучкість керівника, його здатність активно адаптуватися до ситуації, про вміння свідомо перебудувати стиль управління.

Домінуючий стиль орієнтації за шкалою фіксується у випадку, коли більше 50 % відповідей припадає на одну шкалу.

Орієнтація незначна чи відсутня, якщо керівник не дає відповідей за цим типом або їх незначна кількість (2–3). Поєднання в керівника переважних орієнтацій на *Д* чи *С* свідчить про його ініціативність, а на *О* і на *К* – характеризує виконавчий стиль.

Відсутність орієнтації на *К* і перевага за шкалами *Д*, *С*, *О* пов'язана з надмірною авторитарністю керівника, відсутністю в нього демократичних і

колегіальних установок.

Підсумковим результатом тестування керівника є виявлення одного з восьми можливих сполучень чотирьох описаних варіантів орієнтації, що характеризує особливості індивідуального стилю керівництва. Це такі типи стилів: гнучкий, демократичний, авторитарний, невтручання, однобічний, ініціативний, виконавчий і невиражений. Критерії і характеристику стилів керівництва наведено нижче.

Критерії класифікації стилів керівництва:

- 1) авторитарний, якщо шкали $D, C, O > 4$, а шкала $K < O$;
- 2) гнучкий, якщо всі шкали приблизно рівні: $D = K = C = O > 4$;
- 3) невтручання, якщо шкала $D < 4$, а шкали $K, C, O > 4$;
- 4) однобічний, якщо будь-яка зі шкал $D, K, C, O > 10$;
- 5) ініціативний, якщо шкали $D + C >$ або $= K + O$;
- 6) виконавчий, якщо шкали $K + O > D + C$;
- 7) демократичний, якщо шкали $D + K >$ або $= C + O$;
- 8) невиражений, якщо шкали $D, K, C, O < 3$.

Опис стилів керівництва

Стиль “Гнучкий”. Оптимальний стиль керівництва, оскільки він ураховує як рівень розвитку колективу, так і особливості завдань діяльності. Характеризується гармонійним поєднанням орієнтацій на справу, міжособистісні контакти, офіційну субординацію і на самого себе, що дозволяє керівникові легко пристосовуватися до вимог ситуації, зберігаючи за собою право вирішального голосу при колегіальному ухваленні рішень. У воєнізованих організаціях необхідність такого стилю виправдана в колективах із високим рівнем розвитку (коли є справжня згуртованість і свідомо дисципліна), але обмежується передусім специфікою служби. Керівник вдумливо ставиться до вирішення службових і соціальних питань; відстоює інтереси справи і колективу, ураховуючи індивідуальні особливості підлеглих, формальне й неформальне лідерство. Він уміло використовує методи об’єктивного оцінювання і стимулювання праці, покладається тільки на справжній авторитет, дбаючи про його збереження, а також уважно ставиться до людей, формує актив і резерв колективу, свідомо делегує частину своїх повноважень заступникам, концентруючись на основних функціях керівництва; вчасно попереджає і вирішує конфлікти; не опирається нововведенням, виявляє ініціативу, має реальний авторитет.

Стиль “Невтручання”. Негативний стиль, оскільки виправданий в окремих випадках: тільки в результаті переходу колективу до вищої стадії розвитку, тобто в разі справжньої згуртованості, сформованості загальної думки, співпраці і взаємодопомоги, свідомої дисципліни, колегіальності ухвалення групового рішення і обов’язковості виконання кожним співробітником. У інших же випадках невтручання керівника не виправдане і призводить до багатьох негативних явищ через слабку його орієнтацію на справу, яка може підмінятися орієнтацією на субординацію або на міжособистісні контакти (які, у свою чергу, не завжди адекватні, оскільки

не мають ділового опосередкування). Авторитет його низький, як і трудові показники. Нерідко в колективі панують анархія, явна або прихована конфронтація з керівництвом окремих угруповань, підпорядкування. Самопочуття особи в групі не залежить від її ділових якостей, мета діяльності не прийнята членами колективу і не відіграє мобілізуючої ролі. Можливі регулярні конфліктні ситуації в найважчій і некерованій формі. Небезпечні й напружені умови праці створюють високу ймовірність зривів у діяльності, плинність кадрів, їх невдоволення умовами праці і професією.

Стиль “Однобічний”. Негативний стиль, що характеризується небажаним переважанням тільки однієї орієнтації керівника, що завжди пов'язано з недовершеністю його роботи: домінування орієнтації на справу, як правило, призводить до труднощів у соціально-психологічній сфері керівництва, оскільки її ігнорування дестабілізує колектив усупереч явній зацікавленості керівника в результатах праці. Аналогічно нахил у протилежний бік (орієнтація на міжособистісні контакти) дає керівникові недостатнє уявлення про керовані явища, усупереч його бажанню налагодити контактні і довірчі стосунки з підлеглими, оскільки в його оцінках бракує основного об'єктивного компонента – результату праці і внеску в нього як групи в цілому, так і кожного окремого підлеглого. Однобічність, що виявляється у вигляді орієнтації на себе, ще більше свідчить про неблагополучний спосіб адаптації керівника до вимог своєї професії: неадекватність його рівня домагань і самооцінки, складнощі в опануванні управлінських функцій і поведінкових ролей. І, нарешті, орієнтація тільки на офіційну субординацію робить узагалі неможливим ефективно керувати через явні проблеми в установках керівника.

Стиль “Ініціативний”. Стиль має багато позитивних сторін. Доречний у колективах із добре розвиненими колективістськими стосунками, тобто починаючи із ситуацій проміжного рівня його розвитку. Характеризується одночасним переважанням орієнтації керівника на справу і на себе. Такий керівник дуже ініціативний і наполегливий, понад усе цінує ділові якості, здатний домагатися добрих результатів у діяльності, своєчасного і якісного виконання завдання всім колективом (особливо якщо це підкріплено особистим авторитетом). Проте йому необхідно пам'ятати, що орієнтація на чисто ділові стосунки з підлеглими негативно впливає на взаємини в колективі. Тому сприятливий соціально-психологічний клімат у колективі можливий, якщо його керівник виявиться здатним періодично перемикається і на вирішення соціально-психологічних завдань, зводити до мінімуму дистанційне керівництво.

Стиль “Виконавчий”. Відрізняється поєднанням переважаючих орієнтацій на офіційну субординацію і міжособистісні контакти. Цей стиль адекватний, якщо очолюваний колектив досяг високого рівня розвитку колективістських стосунків, інтеграції і єдності думок із приводу розподілу ролей між формальними і неформальними лідерами, а керівник у міру потреби виконує власне управлінські функції. Така ситуація складається доволі рідко, тому керівникові слід звернути увагу на відсутню в його уявленнях про

оптимальний стиль керівництва такий необхідний елемент, як орієнтація на справу і на самого себе (з урахуванням передусім свого реального становища в колективі і характеру міжособистісних і ділових стосунків). Імовірно, що йому бракує ініціативності й рішучості в ухваленні самостійних рішень, здатності до розумного ризику, прагнення подальшого зростання.

Стиль “Демократичний”. Є позитивним варіантом керівництва, оскільки поєднує в собі орієнтацію на справу і міжособистісні контакти зі здатністю до самостійності й дотримання офіційних норм субординації. Безперечною перевагою такого стилю є те, що він сприяє розвитку в колективі ділових і товариських стосунків у їх гармонійному доповненні, сприяє проведенню керівних установок через ядро колективу за необхідних заходів контролю. Крім того, застосовується об’єктивна основа в оцінюванні підлеглих, стимулюванні їхньої праці відповідно до особистого внеску, розумний розподіл ролей між неформальними лідерами, а також колегіальність в обговоренні й ухваленні рішень із повагою окремої думки і обов’язковістю прийнятого групою рішення, делегування необхідної частки повноважень заступникам або окремим лідерам. Конфліктні ситуації, як правило, виникають рідко або випадково, розв’язуються у м’якій формі і не мають хронічного або ускладненого розвитку. Цей стиль найприйнятніший у колективах із високим рівнем розвитку і на окремих етапах його становлення, що вимагає від керівника певної управлінської компетентності, реалістичності оцінок.

Стиль “Невиражений”. Спостерігається в разі малої вираженості всіх чотирьох орієнтацій, що буває досить рідко і переважно у керівників-початківців, установки й особистісні орієнтації яких ще не визначені. Можливий зв’язок цього явища з малою особистою зацікавленістю керівника у своїй професії або посаді, відсутністю чіткої регламентації діяльності груповими нормами на початкових етапах становлення колективу, випадковістю комплектування кадрів підрозділу.

Стиль “Авторитарний”, чи директивний. Це негативний стиль, що характеризується переважно жорсткими способами управління, припиненням ініціативи підлеглих, одноосібним ухваленням рішень. До цього стилю зазвичай схильні особи самолюбиві, невірні, агресивні, із зайвим догматизмом і негнучкістю мислення. Переважаючі орієнтації: на справу (цілі, завдання, план); на себе (покладання на особистий досвід, схильність до ризику, вольових рішень); на офіційну субординацію (чинник влади, дотримання встановлених правил). Проте відсутня орієнтація на міжособистісний контакт, демократичні й колегіальні установки; властиве дистанційне керівництво (останнє негативно впливає на соціально-психологічний клімат колективу). Ситуативне застосування авторитарного стилю виправдане тільки тоді, коли ще несформований колектив потребує суворого контролю, бракує єдності думок, часті порушення дисципліни або ж попереду виконання відповідального завдання, а активного ядра, на яке керівник міг би покластися повною мірою, немає.

2.7.7 Рейтингове оцінювання професійно важливих якостей, умінь і навичок керівника (А. П. Москаленко, Д. О. Кобзін)

Для рейтингового оцінювання професійно важливих якостей, умінь і навичок керівника використовується анкета, розроблена науковими співробітниками науково-дослідної лабораторії соціальної та психологічної роботи в ОВС Харківського національного університету внутрішніх справ А. П. Москаленком і Д. О. Кобзіним.

Анкета дає можливість оцінити професійно важливі якості керівника методом незалежних характеристик, математично виразити рівень їх сформованості та співвіднести дані в рейтинговій системі, виявити керівника із найвищим і найнижчим рейтингом. Крім того, рейтинг важливий у формуванні резерву на керівні посади і тому процедурі доцільно піддавати кандидатів на керівні посади. Незалежні експертні оцінки відображають загальну думку про людину як про члена колективу і є статистичною сукупністю індивідуальних уявлень про неї. Практика психологічних досліджень показала, що 15 експертів достатньо для отримання результатів на рівні 5 % вірогідності помилки.

Ще одним варіантом застосування цієї анкети є визначення адекватності сприйняття керівником своїх характеристик. Для цього анкету заповнює колектив (на керівника) і його керівник (на самого себе). Колективні оцінки узагальнюються (виводиться середнє арифметичне значення) і порівнюються із самооцінками керівника. Диференційованість анкети за такими параметрами, як ділове і емоційне лідерство, здатність інтегрувати соціальні ролі, контактність, стійкість до стресу й адаптивність, розвиток інтелектуальних і вольових якостей, дозволяє визначити, які саме зі своїх характеристик керівник сприймає неадекватно. Узагальнені оцінки таких характеристик керівника, надані підлеглими, і певна адекватність самосприйняття керівником своїх характеристик дозволять психологу скласти керівнику ґрунтовні й дієві рекомендації щодо поліпшення його іміджу і взаємодії з підлеглими.

Анкета створена шляхом вибірки слів сучасної української мови, що описують риси особистості, необхідні керівникові системи МВС для ефективного виконання своїх службових обов'язків і які характеризують його як лідера. Вони стосуються таких специфічних інтегральних факторів: адаптаційна мобільність, емоційне лідерство, здатність до інтеграції соціальних функцій (ролей), контактність, стійкість до стресу, загальний інтелектуальний рівень, особливості пам'яті, психологічні особливості характеру та темпераменту, вольові якості. Вибірку якостей зроблено на основі експертної оцінки керівного складу працівників ОВС, що безпосередньо працюють з особовим складом.

Анкета нараховує 51 пару антонімічних якостей. Ліворуч розташовані негативні якості, праворуч – позитивні.

Процедура проведення. Заповнюється анкета на кожного керівника, якому дається рейтингова оцінка не менше ніж 15 особами, що мають безпосередній досвід роботи з ним. Експерти (особи, які дають оцінки) повинні перебувати з

людиною, яку вони характеризують, в особистій взаємодії. Крім того, бажано, аби в експертну групу входили люди, які посідають різні місця в офіційній і неофіційній структурі колективу.

Кожний експерт відмічає в анкеті вираженість тієї чи іншої особистісної якості кандидата за семибальною системою. Один бал відповідає максимальній вираженості якості, що міститься у лівій частині бланка (негативні якості), сім балів – максимальній вираженості якості із правої частини бланка (позитивні якості); оцінка в чотири бали відповідає рівноваженості якостей антонімічної пари.

Під час заповнення у бланку ставиться позначка “+” на цифрі, що відповідає вираженості особистісної якості у керівника, на якого заповнюється анкета (крім того, можна обвести відповідну цифру або закреслити її – “X”).

	Якості особистості	1 2 3 4 5 6 7	Якості особистості
1	Безініціативний	1 2 3 4 5 6 7	Ініціативний
2	Байдужий до своєї роботи	1 2 3 4 5 6 7	Захоплений своєю роботою
3	Не має авторитету	1 2 3 4 5 6 7	Авторитетний
4	Байдужий до творчої інтелектуальної діяльності	1 2 3 4 5 6 7	Виявляє стійкий інтерес до творчої інтелектуальної діяльності
5	Грубий	1 2 3 4 5 6 7	Чемний
6	Не прагне впливати на інших	1 2 3 4 5 6 7	Прагне впливати на інших
7	Нецілеспрямований	1 2 3 4 5 6 7	Цілеспрямований
8	Байдужий до оточення	1 2 3 4 5 6 7	Чуйний
9	Безвідповідальний	1 2 3 4 5 6 7	Високо відповідальний
10	Залежний	1 2 3 4 5 6 7	Самостійний
11	Консервативний, діє за стереотипами	1 2 3 4 5 6 7	Творчий, оригінальний
12	Самозакоханий	1 2 3 4 5 6 7	Самокритичний
13	Агресивний	1 2 3 4 5 6 7	Стриманий, урівноважений
14	Не здатний вислухати і переконати	1 2 3 4 5 6 7	Здатний вислухати і переконати
15	Недружелюбний	1 2 3 4 5 6 7	Дружелюбний
16	Непрактичний	1 2 3 4 5 6 7	Практичний
17	Має шаблонне мислення	1 2 3 4 5 6 7	Має гнучкий розум
18	Не вміє вирішувати конфлікти	1 2 3 4 5 6 7	Уміє вирішувати конфлікти
19	Дратівливий	1 2 3 4 5 6 7	Спокійний
20	Знання одержує епізодично і хаотично	1 2 3 4 5 6 7	Прагне до безупинного поповнення і поглиблення знань
21	Не володіє інформацією	1 2 3 4 5 6 7	Прагне поінформованості
22	Невпевнений у собі	1 2 3 4 5 6 7	Упевнений у собі
23	Його не поважають	1 2 3 4 5 6 7	Його поважають
24	Замкнений	1 2 3 4 5 6 7	Відкритий у спілкуванні
25	Не здатний налагоджувати ділові стосунки	1 2 3 4 5 6 7	Здатний налагоджувати ділові зв'язки
26	Не стійкий до стресів	1 2 3 4 5 6 7	Стійкий до стресів
27	Скутий у поведінці	1 2 3 4 5 6 7	Спонтанний у поведінці
28	Скандальний	1 2 3 4 5 6 7	Поступливий
29	Є тільки формальним лідером	1 2 3 4 5 6 7	Має риси емоційного і ділового лідера

	Якості особистості	1 2 3 4 5 6 7	Якості особистості
30	Закритий для нового досвіду	1 2 3 4 5 6 7	Відкритий для нового досвіду
31	Довго сумнівається у прийнятті рішень	1 2 3 4 5 6 7	Швидко приймає рішення
32	Надмірно обережний	1 2 3 4 5 6 7	Здатний до обґрунтованого ризику
33	Має низький інтелектуальний рівень	1 2 3 4 5 6 7	Має високий інтелектуальний рівень
34	Має низьку кваліфікацію у своїй галузі	1 2 3 4 5 6 7	Висококваліфікований у своїй галузі
35	Незрозуміло формулює завдання, накази	1 2 3 4 5 6 7	Чітко формулює завдання, накази
36	Неспроможний контролювати роботу інших	1 2 3 4 5 6 7	Спроможний контролювати роботу інших
37	Не дбає про поліпшення умов праці	1 2 3 4 5 6 7	Безупинно якісно покращує умови праці
38	Не спроможний протистояти дестабілізуючій негативній поведінці	1 2 3 4 5 6 7	Спроможний протистояти дестабілізуючій негативній поведінці
39	Не враховує очікування підлеглих	1 2 3 4 5 6 7	Постійно враховує очікування підлеглих
40	Поганий адміністратор	1 2 3 4 5 6 7	Добрий адміністратор
41	Ігнорує інструкції, нормативні документи	1 2 3 4 5 6 7	Керується інструкціями, нормативними документами
42	Має низький рівень домагань	1 2 3 4 5 6 7	Має високий рівень домагань
43	Не має честолюбства	1 2 3 4 5 6 7	Честолюбний
44	Не вміє привертати до себе людей	1 2 3 4 5 6 7	Уміє привертати до себе людей
45	Не спроможний стати на іншу точку зору в конфліктній ситуації	1 2 3 4 5 6 7	Може сприйняти конфліктну ситуацію з точки зору учасників конфлікту
46	Не спроможний приймати адекватні рішення в умовах дефіциту часу і браку інформації	1 2 3 4 5 6 7	Спроможний приймати адекватні рішення в умовах дефіциту часу і браку інформації
47	Емоційно нестійкий у ситуаціях ділових суперечностей і особистісних конфліктів	1 2 3 4 5 6 7	Емоційно стійкий у ситуаціях ділових суперечностей і особистісних конфліктів
48	Не розвинуті вольові якості	1 2 3 4 5 6 7	Вольовий
49	Має низький рівень професійної пам'яті	1 2 3 4 5 6 7	Має добре розвинуту професійну пам'ять
50	Має вузький кругозір	1 2 3 4 5 6 7	Має широкий кругозір
51	Не знає неформальних норм колективу	1 2 3 4 5 6 7	Знає і дотримується неформальних норм колективу

Обробка та інтерпретація результатів

Для обчислення загального бала слід визначити суму балів за всіма пунктами. Рейтингова оцінка підраховується шляхом визначення середнього арифметичного загальних балів, отриманих за всіма анкетами, що заповнені на одного керівника.

Наприклад, якщо на працівника заповнювало анкету 3 особи, то складають бали, отримані за цими трьома анкетами, і сума ділиться на три. Високі показники балів відповідають високому рівню розвитку позитивних особистісних якостей, низькі показники – низькому рівню. Порівнянням отриманих загальних оцінок працівників складається їх рейтинг від керівника із найвищими оцінками до керівника із самими низькими.

Крім того, проводиться якісний аналіз професійно важливих якостей і навичок керівника та складається індивідуальний профіль у вигляді графіка або гістограми, де на осі абсцис (X) розташовуються шкали професійно важливих якостей, а на осі ординат (Y) їх кількісні значення (середні значення експертних оцінок).

Для того, щоб порівняти вираженість, сформованість зазначених характеристик між собою, за кожною шкалою доцільно користуватися не сумарним балом, а середнім значенням, тобто суму за шкалою ділити на кількість пунктів, які входять у неї.

Ключі

1. *Адаптаційна мобільність* (8 пунктів): 4, 6, 20, 21, 27, 30, 37, 38.
2. *Емоційне лідерство* (3 пункти): 3, 23, 29.
3. *Ділове лідерство* (6 пунктів): 1, 2, 9, 10, 16, 34.
4. *Здатність до інтеграції соціальних функцій, ролей* (6 пунктів): 35, 36, 39, 40, 41, 51.
5. *Контактність* (8 пунктів): 14, 18, 24, 25, 42, 43, 44, 45.
6. *Стійкість до стресу* (4 пункти): 26, 31, 46, 47.
7. *Рівень розвитку когнітивних процесів* (5 пунктів): 11, 17, 33, 49, 50.
8. *Психологічні особливості темпераменту й характеру* (6 пунктів): 8, 12, 13, 15, 19, 28.
9. *Вольові якості* (4 пункти): 7, 22, 32, 48.

Психологічне значення шкал

1. *Адаптаційна мобільність* являє собою фактор, що визначає роль і місце особистості в динаміці міжособистісних взаємодій у малих соціальних групах – її соціометричний статус і позицію у функціональній структурі ділових стосунків.

До психологічних якостей адаптаційної мобільності відносять схильність і стійкий інтерес до творчої інтелектуальної діяльності, прагнення безперервного поповнення й поглиблення знань, інтелектуальну стійкість до стресів (якість особистості, коли зовнішня проблемна ситуація потребує опанування нових знань і творчих рішень, і це не стримує, а стимулює інтелектуальну діяльність), спонтанність у поведінці, збалансованість продуктивної і репродуктивної фаз мислення та ін.

До соціально-психологічних факторів адаптаційної мобільності в груповій динаміці належать прагнення впливати на інших, схильність до безперервних якісних змін умов праці, здатність протистояти дестабілізуючому впливу негативних форм поведінки та ін.

2. *Емоційне лідерство* як по вертикалі, так і по горизонталі в неформальних групах організаційної структури. Це високий неформальний статус у колективі, здатність вести за собою підлеглих на основі позитивного емоційного ставлення, яке викликає в них довіру.

3. *Ділове лідерство* в неформальній групі свого підрозділу у вирішенні більшості проблемних ситуацій, що виявляється у здатності ефективно керувати людьми на основі професійної компетентності, досвіду, високого рівня розвитку ділових якостей.

4. *Здатність до інтеграції соціальних функцій (ролей)* – пристосування своєї поведінки до рольових очікувань інших учасників соціального контакту. Умовою успішного керівництва є всебічне врахування керівником рольових очікувань підлеглих. В окремому випадку здатність до інтеграції соціальних функцій означає вміння бути й неформальним емоційним лідером, і адміністратором; бути регламентованим посадовими інструкціями, правовими установками і водночас неформальними нормами, що склались у цій організації.

5. *Контактність* – здатність до встановлення позитивних соціальних контактів. Цей інтегральний фактор обумовлений такими соціально-психологічними якостями особистості, як відкритий характер у спілкуванні, прагнення до поінформованості, високий рівень домагань, честлюбне прагнення до ствердження своєї особистості, здатність установлювати ділові зв'язки, завойовувати прихильність людей до себе, вміння подивитися на конфліктну ситуацію очима тих, хто конфліктує, здатність вислухати й переконати.

6. *Стійкість до стресу* як інтегральний фактор, котрий має низку характеристик, серед яких важливими є інтелектуальна та емоційна стійкість до стресових ситуацій. Ідеться про такі ситуації професійної діяльності, що вимагають негайних рішень в умовах дефіциту часу та неповноти інформації, ділових суперечностей і особистісних конфліктів.

7. *Рівень розвитку когнітивних процесів* – загальний інтелектуальний рівень: професійна пам'ять, творчі здібності.

8. *Психологічні особливості характеру й темпераменту*. Головною складовою характеру є ставлення особистості до відповідних типових обставин. Якщо прояви темпераменту відносно незалежні від змісту й ситуації діяльності (формальні), то властивості характеру виявляються лише у відповідних ситуаціях (наприклад, ставлення до професійної діяльності активно визначається лише у професійній діяльності). У структурі характеру виділяють найбільш значуще ставлення: до себе, до оточення, до діяльності. Ставлення має в собі потужний мотиваційний заряд, джерела якого криються у сфері потреб людини.

9. *Вольові якості*. Якості, що забезпечують здатність відповідним чином організувати психічну діяльність людини, спрямовувати її на виконання певних завдань і вимог, переборювати труднощі, що виникають у діяльності (цілеспрямованість, рішучість, витримка, самостійність, мужність, наполегливість).

2.7.8 Експертна діагностика стилів керівництва

Методика спрямована на дослідження трьох класичних стилів керівництва: демократичного (*Д*), авторитарного (*А*) і ліберального (*Л*). Їх прояв визначається за допомогою експертної оцінки поведінки реального чи потенційного керівника у 27 заданих ситуаціях.

Для цього експертам надається інструкція і текст опитувальника для того, аби вони оцінили діючого керівника чи кандидата на керівну посаду.

Інструкція. Просимо вас оцінити типову поведінку цього суб'єкта у 27 заданих ситуаціях. Кожного разу ви повинні вибрати один із трьох варіантів поведінки, властивий цій особі, і зафіксувати його у бланку відповідей. Для цього обведіть літеру відповіді, яка відповідає вашій думці.

Текст опитувальника

1. Керівник:

- а) центрує керівництво, вимагає, аби про все відразу доповідали саме йому;
- б) пасивний, можна сказати, що пливе за течією;
- в) чітко розподіляє функції між собою, своїм заступником і підлеглими.

2. Керівник:

- а) у критичних ситуаціях, як правило, переходить на жорсткіші методи керівництва;
- б) стикаючись із труднощами, починає тісніше взаємодіяти з підлеглими;
- в) у критичних ситуаціях погано справляється з керівництвом колективу.

3. Керівник:

- а) регулярно спілкується з підлеглими, говорить про стан справ у колективі, про можливі труднощі;
- б) уміє спілкуватися, але обмежує спілкування з підлеглими, тримається на відстані від них;
- в) намагається спілкуватися з підлеглими, але при цьому відчуває труднощі у спілкуванні.

4. Керівник:

- а) коли він відсутній, члени групи працюють гірше;
- б) якщо навіть тимчасово залишає колектив, то люди не знижують продуктивності;
- в) такий, що члени колективу працюють при ньому не в повну силу, з іншим керівником могли б зробити більше.

5. Керівник:

- а) на критику звичайно не ображається, прислухається до неї;
- б) критику вислуховує, обіцяє вжити заходів, але нічого не робить;
- в) не любить, коли його критикують, і не приховує цього.

6. Керівник:

- а) сам звертається за порадою до підлеглих;
- б) не допускає, щоб підлеглі йому радили, а тим більше заперечували;
- в) такий, що підлеглі не тільки радять, але й дають йому вказівки.

7. Керівник:

- а) контролює роботу час від часу;
- б) завжди дуже суворо контролює роботу підлеглих і колективу в цілому;
- в) контролюючи роботу, завжди помічає позитивні результати, хвалить тих, хто на це заслуговує.

8. Керівник:

- а) цікавиться тільки виконанням наміченого плану і йому байдуже, як при цьому люди ставляться один до одного;
- б) вирішуючи повсякденні завдання, намагається створити й підтримувати довірчі стосунки між людьми в колективі;
- в) в ефективній роботі особливо не зацікавлений, ставиться до роботи формально.

9. Керівник:

- а) наказує так, що хочеться виконати завдання;
- б) наказувати не вміє, його накази не мають необхідної сили;
- в) звертається із проханням, а виходить наказ.

10. Керівник:

- а) сам вирішує навіть ті питання, в яких не зовсім добре обізнаний;
- б) якщо чогось не знає, то не боїться показати це і звертається за допомогою до інших членів колективу;
- в) якщо не знає, як вирішити питання, найчастіше залишає його невирішеним.

11. Керівник:

- а) такий, що складається враження, ніби він боїться багато брати на себе;
- б) відповідальність розподіляє між собою і членами колективу;
- в) концентрує відповідальність у своїх руках.

12. Керівник:

- а) хоче, аби його помічники були яскравими й цікавими людьми;
- б) домагається, щоб помічники підпорядковувалися йому в усьому беззаперечно;
- в) такий, що йому байдуже, хто в нього помічник.

13. Керівник:

- а) такий, що всі задоволені, коли його немає, відчують певне полегшення;
- б) такий, що з ним працювати цікаво, усі радо чекають на його повернення;
- в) такий, що його відсутність члени колективу не помічають і майже байдужі до нього.

14. Керівник:

- а) такий, що для виконання роботи йому нерідко доводиться вмовляти членів колективу;
- б) ніколи не просить, завжди наполягає, наказує, розпоряджається;
- в) часто звертається до підлеглих із дорученням, порадою, проханням.

15. Керівник:

- а) завжди доброзичливий до підлеглих;
- б) у ставленні до підлеглих може бути нетактовним і грубим;
- в) характер спілкування з підлеглими буває різним, але часто змінюється.

16. Керівник:

- а) залучає до керування рядових членів колективу;
- б) нерідко перекладає свої функції на інших;
- в) створює обстановку, коли функції керування фактично беруть на себе інші члени колективу.

17. Керівник:

- а) не впливає на дисципліну, вона визначається іншими;
- б) уміє підтримувати дисципліну й порядок;
- в) такий, що дисципліна завжди непогана, бо всі його бояться.

18. Керівник:

- а) спілкується тільки із суто ділових питань;
- б) розмовляючи з підлеглими про справи, запитує і про особисте;
- в) такий, що нерідко важко зрозуміти, чого він хоче.

19. Керівник:

- а) одноосібно приймає рішення або скасовує їх;
- б) намагається уникнути виконання складної і копіткої справи;
- в) намагається вирішувати справи з підлеглими, одноосібно приймає рішення лише в термінових випадках.

20. Керівник:

- а) керує так, що в його колективі недостатньо розвинені взаємодопомога і взаємна довіра;
- б) намагається, щоб у підлеглих на роботі був добрий настрій;
- в) сприяє плинності кадрів у колективі, люди звільняються і не шкодують про це.

21. Керівник:

- а) сприяє тому, аби підлеглі самостійно приймали рішення;
- б) іноді нав'язує свою думку, а каже, що це думка більшості;
- в) створив таку обстановку, що виконавці полишені напризволяще.

22. Керівник:

- а) завжди радиться з усіма, особливо з досвідченими працівниками;
- б) радиться тільки з вищими керівниками;
- в) радиться з колективом зрідка.

23. Керівник:

- а) ініціативу підлеглих не заохочує;
- б) ініціативу підлеглих підтримує;
- в) зазвичай чекає стимулу зі сторони.

24. Керівник:

- а) використовує улюблене гасло “Давай-давай!”;
- б) вимогливий, але справедливий;
- в) мабуть, дуже не вимоглива людина.

25. Керівник:

- а) вважає за краще дотримуватися вже відпрацьованих норм, вимог;
- б) охоче підтримує доцільні нововведення;
- в) нововведення найчастіше пропускає повз себе.

26. Керівник:

- а) у своїй роботі широко спирається на громадські організації;
- б) створив обстановку, коли деякі важливі справи громадського життя колективу найчастіше вирішуються без нього;
- в) не дуже зважає на громадські організації.

27. Керівник:

- а) йому байдуже, що про нього думають підлеглі;
- б) ніколи не виявляє своєї зверхності перед колегами;
- в) вважає себе незамінним у колективі.

Обробка та інтерпретація результатів

Діагностика стилю здійснюється на основі переважання числа збігів із ключем (табл. 2.64).

Таблиця 2.64 – Ключ для визначення стилю керівництва

Група тверджень	Твердження			Група тверджень	Твердження		
	а)	б)	в)		а)	б)	в)
1	А	Л	Д	15	Д	А	Л
2	А	Д	Л	16	Д	А	Л
3	Д	А	Л	17	Л	Д	А
4	А	Д	Л	18	А	Д	Л
5	Д	Л	А	19	А	Л	Д
6	Д	А	Л	20	А	Д	Л
7	Л	А	Д	21	Д	А	Л
8	А	Д	Л	22	Д	Л	А
9	Д	Л	А	23	А	А	Л
10	А	Д	Л	24	А	Д	Л
11	Д	Л	А	25	А	Д	Л
12	Д	А	Л	26	Д	Д	А
13	А	Д	Л	27	Л	Д	А
14	Л	А	Д				

Дані за кількома експертними оцінками узагальнюються.

Крім того, стиль керівництва можна визначити й за допомогою самооцінювання керівника чи кандидата на керівну посаду. При цьому цікавою є інформація про збіг оцінок стилю керівництва, які дають підлеглі і сам керівник. Незбіг свідчить про те, що, наприклад, керівник може не усвідомлювати деяких аспектів своєї поведінки або мати низькі організаційні й комунікативні здібності, унаслідок чого він не може реалізувати свої задуми в керівництві тощо.

2.7.9 Визначення стиля керівництва керівника за допомогою самооцінки

Специфіка цієї методики полягає в тому, що дозволяє визначити стилі керівництва не експертним способом, а за допомогою самооцінки. Вона дає можливість виявити не лише провідний стиль керівництва, а й ступінь вираженості кожного з трьох класичних стилів керівництва.

Текст опитувальника

1. У роботі з людьми я волюю, аби вони беззаперечно виконували мої розпорядження.
2. Мене легко захопити новими завданнями, але я швидко байдужію до них.
3. Люди часто заздять моєму терпінню й витримці.
4. У важких ситуаціях я завжди думаю про інших, а потім про себе.
5. Мої батьки рідко змушували мене робити те, чого я не хотів.
6. Мене дратує, коли хтось виявляє занадто багато ініціативи.
7. Я дуже напружено працюю, бо не можу покласти на своїх помічників.
8. Коли я відчуваю, що мене не розуміють, то відмовляюся від наміру довести що-небудь.
9. Я вмію об'єктивно оцінювати своїх підлеглих, виділяючи серед них сильних, середніх і слабких.
10. Мені часто доводиться радитися зі своїми помічниками, перш ніж віддати відповідне розпорядження.
11. Я рідко наполягаю на своєму, щоб не дратувати людей.
12. Упевнений, що мої оцінки успіхів та невдач підлеглих точні і справедливі.
13. Я завжди вимагаю від підлеглих неухильного дотримання своїх наказів і розпоряджень.
14. Мені легше працювати одному, ніж кимось керувати.
15. Багато хто вважає мене чуйним керівником.
16. Мені здається, що від колективу не можна нічого приховувати – ні доброго, ні поганого.
17. Якщо я натрапляю на опір, у мене зникає інтерес до роботи з людьми.
18. Я ігнорую колективне керівництво, щоб забезпечити ефективність єдиноначальності.
19. Аби не підірвати свій авторитет, я ніколи не визнаю своїх помилок.
20. Мені часто бракує часу для ефективної роботи.
21. На грубість підлеглою я намагаюся відповісти таким чином, щоб не спровокувати конфлікт.
22. Я роблю все, аби підлегли охоче виконували мої розпорядження.
23. Із підлеглими в мене дуже близькі контакти і приятельські стосунки.
24. Я завжди прагну будь-що бути першим у всіх починаннях.

25. Я намагаюся виробити універсальний стиль керування, що відповідає більшості ситуацій.

26. Мені легше прилаштуватися до думки більшості колективу, ніж виступати проти нього.

27. Мені здається, що підлеглих треба хвалити за кожне, навіть саме незначне досягнення.

28. Я не можу критикувати підлеглого в присутності інших людей.

29. Мені доводиться частіше просити, ніж вимагати.

30. Від збудження я часто втрачаю контроль над своїми почуттями, особливо коли мені набридають.

31. Якби я мав можливість частіше бути серед підлеглих, то ефективність мого керівництва значно підвищилася б.

32. Я іноді виявляю спокій і байдужість до інтересів і захоплень підлеглих.

33. Більш грамотним підлеглим я надаю більше самостійності у вирішенні складних завдань, особливо їх не контролюючи.

34. Мені подобається аналізувати й обговорювати з підлеглими їхні проблеми.

35. Мої помічники справляються не тільки зі своїми, але і з моїми функціональними обов'язками.

36. Мені легше уникнути конфлікту з вищим керівництвом, аніж із підлеглими, які завжди залежать від мене.

37. Я завжди домагаюся виконання своїх розпоряджень усупереч обставинам.

38. Саме важке для мене – це втручатися в хід роботи людей, вимагати від них додаткових зусиль.

39. Аби краще зрозуміти підлеглих, я намагаюся уявити себе на їхньому місці.

40. Я думаю, що керування людьми має бути гнучким: підлеглим не можна демонструвати ні залізної непохитності, ні панібратства.

41. Мене більше хвилюють власні проблеми, ніж інтереси підлеглих.

42. Мені доводилося часто займатися поточними справами й відчувати від цього значне емоційне й інтелектуальне навантаження.

43. Батьки змушували мене підкорятися навіть тоді, коли я вважав це нерозумним.

44. Роботу з людьми я уявляю собі як болісне заняття.

45. Я намагаюся розвивати в колективі взаємодопомогу і співробітництво.

46. Я із вдячністю ставлюся до пропозицій і порад підлеглих.

47. Головне в керівництві – розподілити обов'язки.

48. Ефективне керування досягається тоді, коли підлегли існують лише як виконавці волі менеджера.

49. Підлегли – безвідповідальні люди, і тому їх потрібно постійно контролювати.

50. Найкраще надати повну самостійність колективу і ні в що не втручатися.

51. Для якіснішого керівництва потрібно заохотити найздібніших підлеглих і накласти стягнення на недбайливих.

52. Завжди визнаю свої помилки й вибираю найбільш правильне рішення.

53. Мені доводиться часто пояснювати невдачі в керуванні об'єктивними обставинами.

54. Порушника дисципліни суворо караю.

55. Критикуючи недоліки підлеглих, я нещадний.

56. Іноді мені здається, що в колективі я зайва людина.

57. Перш ніж дорікати підлеглому, я намагаюся його похвалити.

58. Я добре взаємодію з колективом і зважаю на його думку.

59. Мені часто дорікають надмірною м'якістю щодо підлеглих.

60. Якби мої підлегли робили так, як я вимагаю, я б досяг набагато більшого.

Обробка та інтерпретація результатів

Підраховуючи номери відповідних тверджень за допомогою ключа (табл. 2.65), визначають ступінь вираженості авторитарного, ліберального чи демократичного стилів управління.

Таблиця 2.65 Ключ для обробки даних

Стиль управління	Номери відповідей-тверджень	Сума відповідей
Авторитарний	1, 6, 7, 12, 13, 18, 19, 24, 25, 30, 31, 36, 37, 42, 43, 48, 49, 54, 55, 60.	
Ліберальний	2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50, 53, 56, 59.	
Демократичний	3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28, 33, 34, 39, 40, 45, 46, 51, 52, 57, 58.	

Залежно від отриманих сум відповідей ступінь вираженості стилю буде різним: мінімальним (0 – 7), середнім (8 – 13), високим (14 – 20). Якщо оцінки мінімальні за всіма трьома показниками, стиль вважається нестійким, невизначеним. У досвідченого керівника спостерігається комбінація стилів управління. Найоптимальнішим є поєднання авторитарного і демократичного стилів управління, коли менеджер використовує гнучкі методи роботи з людьми і підтримує ефективний стиль управління.

Характеристики індивідуального стилю управління

Авторитарний

0 – 7 балів – мінімальний ступінь вираженості авторитарного стилю: виявляється у слабому бажанні бути лідером, у нестійких навичках менеджера, низькій самовпевненості, упертості, прагненні доводити розпочату справу до кінця, низькій здатності критикувати недбалих підлеглих.

8 – 13 балів – середній ступінь вираженості авторитарного стилю: свідчить про добрі лідерські якості, уміння керувати діями підлеглих,

вимогливість і наполегливість, прагнення впливати на колектив силою наказу і примусу, цілеспрямованість і егоїзм, поверхове ставлення до потреб підлеглих, небажання слухати пропозиції заступника.

14 – 20 балів – високий ступінь вираженості авторитарного стилю: розкриває яскраві лідерські якості і прагнення одноосібної влади, неприхильність і рішучість у судженнях, енергійність і жорсткість у вимогах, невміння враховувати ініціативу підлеглих і надавати їм самостійності, надмірно різку критику і упередженість в оцінках, честолюбство і низьку сумісність із заступниками, зловживання покараннями, нехтування громадською думкою.

Ліберальний

0 – 7 балів – мінімальний ступінь вираженості ліберального стилю: нестійке бажання роботи з людьми, невміння ставити перед підлеглими завдання і вирішувати їх разом, невпевненість і нечіткість у розподілі обов'язків, імпульсивність у критиці недоліків підлеглих, слабкі вимогливість і відповідальність.

8 – 13 балів – середній ступінь вираженості ліберального стилю: прагнення перекласти свої обов'язки на заступників, пасивність у керуванні людьми, невимогливість і довірливість, страх перед необхідністю самостійно приймати рішення, надмірна м'якість до порушників дисципліни, схильність до вмовлянь.

14 – 20 балів – високий ступінь вираженості ліберального стилю: повна байдужість до інтересів колективу, небажання брати на себе відповідальність і приймати складні рішення, невимогливість і самоусунення від керування, підвищена схильність до навіювання і слаба воля, безпринципність і невміння відстоювати свою точку зору, відсутність цілей діяльності і конкретних планів, потурання, загравання, панібратство.

Демократичний

0 – 7 балів – мінімальний ступінь вираженості демократичного стилю: слабе прагнення бути ближче до підлеглих, співпрацювати з ними і вислуховувати поради помічників, спроби спрямовувати діяльність колективу через заступників та актив, невпевненість у своїх якостях розпорядника.

8 – 13 балів – середній ступінь вираженості демократичного стилю: стійке прагнення жити інтересами колективу, виявляти турботу про персонал, довіряти заступникам і заохочувати їх ініціативу, використовувати переконання, прислухатися до думки персоналу.

14 – 20 балів – високий ступінь вираженості демократичного стилю: уміння координувати і спрямовувати діяльність колективу, надавати самостійність найздібнішим підлеглим, усіма засобами розвивати ініціативу й нові методи роботи, переконувати й надавати моральну підтримку, бути справедливим і тактовним у суперечці, вивчати індивідуальні якості особистості і соціально-психологічні процеси колективу, бути відкритим для критики, попереджувати конфлікти і створювати доброзичливу атмосферу.

2.7.10 Експертне оцінювання ефективності діяльності керівника

Запропонована методика дає можливість оцінити цілу низку чинників, на підставі яких експертами може бути сформована думка щодо ефективності роботи конкретного керівника. Найадекватніші результати методика дає стосовно керівників середньої ланки управління.

Інструкція. Перед вами опитувальник, складений на кшталт полярних профілів. Він містить 30 чинників, які оцінюються за 7-бальною шкалою. Оцінюючи конкретного керівника, просимо вас біля кожного з чинників відзначити бал, якому, на вашу думку, відповідає керівник.

Бланк опитувальника

	Чинники	7 6 5 4 3 2 1	Чинники
1	Наявність стратегічного мислення	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність стратегічного мислення
2	Наявність управлінських здібностей	7 6 5 4 3 2 1	Брак управлінських здібностей
3	Чітке розуміння і прийняття цілей організації	7 6 5 4 3 2 1	Недостатнє розуміння цілей організації
4	Високий рівень соціальної відповідальності за завдання, що вирішуються	7 6 5 4 3 2 1	Низький рівень усвідомлення соціальної відповідальності за завдання, що вирішуються
5	Уміння приймати управлінські рішення	7 6 5 4 3 2 1	Невміння приймати управлінські рішення
6	Наявність креативності як творчого імпульсу	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність креативності як творчого імпульсу
7	Наявність самоконтролю	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність самоконтролю
8	Уміння правильно організувати діяльність підлеглих	7 6 5 4 3 2 1	Невміння організувати діяльність підлеглих
9	Прагнення до інновацій	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність прагнення до інновацій
10	Високий рівень професіоналізму	7 6 5 4 3 2 1	Недостатньо високий рівень професіоналізму
11	Прагнення до отримання нової інформації	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність прагнення до отримання нової інформації
12	Використання ефективних стратегій у вирішенні управлінських завдань	7 6 5 4 3 2 1	Використання недостатньо ефективних стратегій у вирішенні управлінських завдань
13	Здатність іти на ризик	7 6 5 4 3 2 1	Нездатність іти на ризик
14	Уважність до виконавців	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність уваги до виконавця
15	Уміння позитивно мотивувати працівника	7 6 5 4 3 2 1	Невміння позитивно мотивувати працівників
16	Наявність навичок ділового спілкування	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність навичок ділового спілкування
17	Уміння створити нормальний психологічний клімат у малих групах	7 6 5 4 3 2 1	Невміння створювати нормальний психологічний клімат у групах
18	Урахування думки виконавців	7 6 5 4 3 2 1	Неувага до думки виконавців
19	Уміння культурно поводитися	7 6 5 4 3 2 1	Невміння культурно поводитися
20	Уміння правильно здійснювати контроль за діями персоналу	7 6 5 4 3 2 1	Невміння правильно здійснювати контроль за діями персоналу
21	Уміння впливати на інших людей	7 6 5 4 3 2 1	Невміння впливати на інших людей

	<i>Чинники</i>	<i>7 6 5 4 3 2 1</i>	<i>Чинники</i>
22	Наявність позитивних соціальних установок	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність достатньої кількості позитивних соціальних установок
23	Правильне ставлення до критики на свою адресу	7 6 5 4 3 2 1	Неправильне ставлення до критики на свою адресу
24	Прагнення до особистісного зростання	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність прагнення займатися своїм особистісним зростанням
25	Використання ефективних стилів керівництва	7 6 5 4 3 2 1	Використання неефективних стилів керівництва
26	Послідовність у досягненні цілей	7 6 5 4 3 2 1	Непослідовність у досягненні цілей
27	Гуманне ставлення до працівників	7 6 5 4 3 2 1	Байдуже ставлення до працівників
28	Наявність емпатії	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність емпатії
29	Уміння керувати групою	7 6 5 4 3 2 1	Невміння керувати групою
30	Уміння користуватися авторитетом і владою	7 6 5 4 3 2 1	Відсутність авторитету і невміння користуватися владою

Обробка та інтерпретація результатів

Початковий етап обробки пов'язаний із визначенням сумарного результату. Потім складається графічний профіль на цього досліджуваного, що дозволяє візуалізувати ступінь вираженості кожної з 30 професійно важливих якостей керівника.

Рівні ефективності управлінської діяльності наведено нижче:

30 – 48 балів – керівник не відповідає вимогам управлінської діяльності;

49 – 60 балів – у керівника мало підстав бути корисним цій організації;

61 – 90 балів – ефективність роботи керівника занадто мала;

91 – 120 балів – керівник недостатньо ефективний;

121 – 150 балів – ефективність керівника ще недостатня;

151 – 179 балів – має всі можливості підвищити свою ефективність;

180 – 210 балів – ефективний керівник.

2.7.11 Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)

Запропонована методика призначена для виявлення комунікативних і організаторських схильностей особистості. Методика містить 40 запитань, на кожне з яких потрібно відповісти “так” або “ні”. При цьому окремо визначається рівень комунікативних і організаторських схильностей особистості.

Інструкція. Вам потрібно відповісти на всі запитання опитувальника. Вільно висловлюйте свої думки з кожного питання. Коли ваша відповідь на питання позитивна, у відповідній графі бланка поставте знак “+”, якщо відповідь негативна – знак “-”. Відповідайте на кожне запитання. Пам'ятайте, що правильних або неправильних відповідей немає.

Текст опитувальника

1. Чи є у вас прагнення до вивчення людей і встановлення знайомств із різними людьми?
2. Чи подобається вам займатися громадською роботою?
3. Чи довго вас хвилює почуття образи, завданої вам кимось із ваших товаришів?
4. Чи завжди вам важко орієнтуватись у критичній ситуації, що склалася?
5. Чи багато у вас друзів, з якими ви постійно спілкуєтесь?
6. Чи часто вам вдається схилити більшість своїх товаришів до прийняття ними вашої думки?
7. Чи справді вам приємніше і простіше проводити час за книгами або якимось іншим заняттям, аніж із людьми?
8. Коли виникають певні перешкоди у здійсненні ваших намірів, чи легко вам відмовитися від своїх намірів?
9. Чи легко ви встановлюєте контакти з людьми, які значно старші вас за віком?
10. Чи залюбки ви придумуєте й організовуєте зі своїми товаришами різні ігри й розваги?
11. Чи складно вам включатись у нове для вас товариство (колектив)?
12. Чи часто ви відкладаєте на інші дні справи, які слід було б виконати сьогодні?
13. Чи легко вам удається встановлювати контакти і спілкуватися з незнайомими людьми?
14. Чи прагнете ви досягти того, щоб ваші товариші діяли відповідно до вашої думки?
15. Чи важко ви освоюєтесь у новому колективі?
16. Чи правда, що у вас не буває конфліктів із товаришами через невиконання ними своїх обіцянок, зобов'язань, обов'язків?
17. Чи прагнете ви у зручному випадку познайомитись і поспілкуватися з новою людиною?
18. Чи часто, вирішуючи важливі справи, ви берете ініціативу на себе?
19. Чи дратує вас оточення, вам хочеться побути на самоті?
20. Чи правда, що зазвичай ви погано орієнтуєтесь у незнайомій для себе обстановці?
21. Чи подобається вам постійно перебувати серед людей?
22. Чи виникає у вас роздратування, коли вам не вдається завершити розпочату справу?
23. Чи відчуваєте ви труднощі, коли доводиться виявляти ініціативу, аби познайомитися з новою людиною?
24. Чи правда, що ви стомлюєтесь від частого спілкування з товаришами?
25. Чи залюбки ви берете участь у колективних іграх?
26. Чи часто ви виявляєте ініціативу у вирішенні питань, які стосуються інтересів ваших товаришів?

27. Чи правда, що ви почуваетесь невпевнено серед незнайомих людей?
 28. Чи справді ви рідко прагнете доведення своєї правоти?
 29. Чи вважаєте ви, що можете без особливих труднощів внести пожвавлення в малознайоме товариство?
 30. Чи берете ви участь у громадській роботі?
 31. Чи прагнете ви обмежити коло своїх знайомих?
 32. Чи справді ви не прагнете відстоювати свою думку або рішення, якщо воно не було відразу прийняте товаришами?
 33. Чи відчуваєте ви себе невимушено, потрапивши в незнайомий колектив?
 34. Чи залюбки ви приступаєте до організації різних заходів для своїх товаришів?
 35. Чи правда, що ви не відчуваєте себе достатньо впевненим і спокійним, коли доводиться говорити будь-що великій групі людей?
 36. Чи часто ви запізнюєтеся на ділові зустрічі, побачення?
 37. Чи справді у вас багато друзів?
 38. Чи часто ви опиняєтесь у центрі уваги своїх товаришів?
 39. Чи часто ви ніяковієте, відчуваючи незручність під час спілкування з малознайомими людьми?
 40. Чи справді ви не дуже впевнено почуваетесь в оточенні великої групи своїх товаришів?

Обробка та інтерпретація результатів

Визначаються рівні комунікативних і організаторських схильностей відповідно до набраних балів за цими параметрами. Максимальна кількість балів окремо за кожним параметром 20. Бали за комунікативними і організаторськими схильностями підраховуються окремо за допомогою ключа для обробки даних КОС-2 (табл. 2.66).

Таблиця 2.66 – Ключ для обробки даних

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

За кожну відповідь, яка збігається з ключем, надається один бал. Експериментально визначено п'ять рівнів комунікативних і організаторських схильностей. Приблизний розподіл балів за цими рівнями наведено нижче (табл. 2.67).

Таблиця 2.67 – Розподіл балів за рівнями

Сума балів	1 – 4	5 – 8	9 – 12	13 – 16	17 – 20
Рівень	Дуже низький	Низький	Середній	Високий	Найвищий

Обстежувані, які отримали 1–4 бали, характеризуються низьким рівнем прояву комунікативних і організаторських схильностей.

Ті, хто набрав 5–8 балів, мають комунікативні й організаторські схильності на рівні нижче середнього. Вони не прагнуть спілкування, надають перевагу проводити час насамоті. У товаристві чи колективі почуваються скучно. Мають складності в установленні контактів із людьми. Не відстоюють своєї думки, важко переживають образи. Рідко виявляють ініціативу, уникають прийняття самостійних рішень.

Для обстежуваних, які набрали 9–12 балів, характерний середній рівень прояву комунікативних і організаторських схильностей. Вони прагнуть контакту з людьми, відстоюють свою думку, рішення, проте потенціал їхніх схильностей не відрізняється високою стійкістю. Потрібна подальша робота з формування й розвитку цих якостей особистості.

Оцінка 13–16 балів свідчить про високий рівень прояву комунікативних і організаторських схильностей у обстежених. Вони не почуваються розгубленими в новій обстановці, швидко знаходять друзів, прагнуть розширити коло знайомих, допомагають близьким і друзям, виявляють ініціативу у спілкуванні, здатні приймати рішення у складних, нестандартних ситуаціях.

Найвищий рівень комунікативних і організаторських схильностей (17–20 балів) у обстежуваних свідчить про сформовану потребу в комунікативній і організаторській діяльності. Вони швидко орієнтуються в складних ситуаціях. Невимушено поведуться в новому колективі. Ініціативні. Приймають самостійні рішення. Відстоюють свою думку і добиваються прийняття своїх рішень. Залюбки організують різні заходи. Наполегливі і завзяті в діяльності.

2.7.12 Схильність до лідерства

Інструкція. Необхідно відповісти на кожне запитання “так”, “ні” або “не знаю” і записати свою відповідь у бланк для відповідей. Не слід витратити багато часу на обмірковування запитань. Давайте ту відповідь, яка першою спала вам на думку.

Текст опитувальника

1. Чи любляете ви бути лідером у товаристві, очолювати групу, керувати й направляти інших?
2. Чи залюбки ви характеризуєте того, хто вам подобається?
3. Чи прагнете ви навчати людей правилам і порядку?
4. Чи подобається вам бути лідером там, де вас люблять?
5. Чи йдуть за вами люди, які визнають ваш авторитет?
6. Чи можете ви наполегливо і без вагань приймати рішення, не зупиняючись перед труднощами?
7. Командувати й керувати ви вважаєте за краще, ніж підкорятися?
8. Чи вважаєте ви себе досить здібним і кмітливим порівняно з іншими людьми?

9. Коли вам доручають якусь справу, чи завжди ви наполягаєте на тому, щоб зробити її по-своєму?
10. Чи прагнете ви бути першим завжди і скрізь?
11. Якби ви серйозно зайнялися наукою, чи змогли б рано або пізно стати професором?
12. Чи важко вам відмовляти людям?
13. Чи вважаєте ви, що досягнете в житті набагато більшого, ніж ваші однолітки?
14. Чи встигнете ви зробити в житті більше за інших?
15. Якби вам довелося починати життя спочатку, чи змогли б ви досягти набагато більшого?
16. Чи охоче ви йдете за авторитетними людьми?
17. Чи залюбки ви керуєте? Відповідальність вас не лякає?
18. Чи вмієте ви бути лідером і керувати людьми?
19. Чи подобається вам подумки бути вище за свого керівника, але ви свідомо уникаєте першості?
20. Чи все заплановане ви встигаєте зробити вчасно?
21. Як ви вважаєте, у будь-якій ситуації краще бути посередині, аби менше було вимог?
22. Чи вважаєте ви, що за однакової матеріальної винагороди роль підлеглого краще, ніж роль начальника?

Обробка та інтерпретація результатів

Відповіді “так” оцінюються у 2 бали, “не знаю” – 1 бал, “ні” – 0 балів. Із суми відповідей на 1–15 запитання слід відняти суму відповідей на 16–22 запитання.

Шкала оцінки:

- менше 0 – низький рівень схильності до лідерства;
- від 0 до 6 – нижче середнього;
- від 7 до 12 – середній рівень;
- від 13 до 19 – високий рівень;
- від 20 і більше – дуже високий рівень.

2.7.13 Методика діагностики показників і форм агресії (А. Басса, А. Дарки, в адаптації А. К. Осницького)

Методика А. Басса і А. Дарки в адаптації А. К. Осницького дозволяє дослідити структуру агресивності людини. Вона має досить давню традицію застосування в діагностиці працівників правоохоронних органів.

Інструкція. Визначте, наскільки наведені нижче твердження відповідають вашому стилю поведінки, вашому способу життя, і надайте одну з чотирьох можливих відповідей: “так”, “мабуть, так”, “мабуть, ні”, “ні”.

Текст опитувальника

1. Часом не можу впоратися з бажанням комусь нашкодити.
2. Іноді можу пліткувати про людей, яких не люблю.
3. Легко дратуюся, але легко й заспокоююся.
4. Якщо мене не попросити по-доброму, прохання не виконаю.
5. Не завжди одержую те, що мені належить.
6. Знаю, що люди говорять про мене позаочі.
7. Якщо не схвалюю вчинки інших людей, даю їм це відчути.
8. Якщо трапляється обдурити кого-небудь, мене мучить сумління.
9. Мені здається, що я не здатний ударити людину.
10. Ніколи не дратуюся настільки, щоб розкидати речі.
11. Завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Коли встановлене правило мені не подобається, хочеться його порушити.
13. Інші люди майже завжди вміють використати сприятливі обставини.
14. Мене насторожують люди, які ставляться до мене дружелюбніше, ніж я цього очікую.
15. Часто буваю не згодним із людьми.
16. Іноді мені спадає на думку те, чого я соромлюся.
17. Якщо хтось мене ударить, я не відповім йому тим самим.
18. У роздратуванні бахаю дверима.
19. Я дратівливіший, аніж здається.
20. Якщо хтось удає із себе начальника, я чиню наперекір.
21. Мене дещо засмучує моя доля.
22. Думаю, що багато хто з людей не любить мене.
23. Не можу втриматися від суперечки, коли люди не згодні зі мною.
24. Люди, які байдикують, мають відчувати провину.
25. Той, хто ображає мене або мою сім'ю, напрошується на бійку.
26. Я не здатний на грубі жарти.
27. Мене охоплює лють, коли наді мною насміхаються.
28. Коли люди удають із себе начальників, я роблю все, аби вони не зазнавалися.
29. Майже щотижня бачу когось, хто мені не подобається.
30. Досить багато людей мені заздять.
31. Вимагаю, щоб люди поважали мої права.
32. Мене засмучує, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно дошкуляють вам, заслуговують на те, щоб їх провчили.
34. Від злості іноді буваю похмурим.
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я на те заслуговую, я не засмучуюся.
36. Якщо хтось намагається вивести мене із себе, я не звертаю на нього уваги.
37. Хоча я й не показую цього, іноді мене гризуть заздрощі.

38. Іноді мені здається, що з мене глузують.
39. Навіть якщо злюся, не вдаюся до сильних висловлювань.
40. Хочеться, щоб мої гріхи були прощені.
41. Рідко даю здачі, навіть якщо хтось ударить мене.
42. Ображаюся, коли іноді роблять не по-моєму.
43. Іноді люди дратують мене своєю присутністю.
44. Немає людей, яких би я по-справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: ніколи не довіряти чужинцям.
46. Якщо хтось дратує мене, готовий сказати йому все, що про нього думаю.
47. Роблю багато такого, про що згодом жалкую.
48. Якщо розлючуся, можу когось ударити.
49. Із десяти років у мене не було вибухів гніву.
50. Часто почуваю себе наче порохова бочка, яка готова вибухнути.
51. Якби знали, що я відчуваю, мене б уважали людиною, з якою нелегко ладнати.
52. Завжди думаю про те, які таємні причини змушують людей робити щось приємне для мене.
53. Коли на мене кричать, я кричу у відповідь.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Б'юся не рідше й не частіше за інших.
56. Можу пригадати випадки, коли був настільки злим, що хапав першу річ, що траплялася під руку, і ламав її.
57. Іноді відчуваю, що готовий першим почати бійку.
58. Іноді відчуваю, що життя несправедливе до мене.
59. Раніше вірив, що більшість людей говорить правду, але тепер цьому не вірю.
60. Лаюся тільки від злості.
61. Коли вчиняю неправильно, мене мучить совість.
62. Якщо для захисту своїх прав потрібно застосувати фізичну силу, я її застосовую.
63. Іноді виявляю свій гнів тим, що стукаю по столу.
64. Буває, що грублю людям, які мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, які хотіли б мені нашкодити.
66. Не вмію вказати людині на її місце, навіть якщо вона на це заслуговує.
67. Часто думаю, що живу неправильно.
68. Знаю людей, які здатні довести мене до бійки.
69. Не засмучуюся через дрібниці.
70. Мені рідко спадає на думку те, що люди намагаються розлютити чи образити мене.
71. Часто просто погрожую людям, не збираючись виконувати погрози.
72. Останнім часом я став занудою.
73. У суперчці часто підвищую голос.
74. Намагаюся приховувати погане ставлення до людей.
75. Краще погоджуся з чим-небудь, аніж стану суперечити.

Обробка та інтерпретація результатів

Результати відповіді “так” і “мабуть, так” об’єднуються (оцінюються як відповіді “так”), так само і відповіді “ні” і “мабуть, ні” (оцінюються як відповіді “ні”).

Ключі до інтерпретації результатів

1. *Фізична агресія* ($n = 11$):

“+”: 1, 25, 33, 41, 48, 55, 62, 68.

“-”: 9, 17.

2. *Вербальна агресія* ($n = 8$):

“+”: 7, 15, 23, 31, 46, 53, 60, 71, 73.

“-”: 39, 66, 74, 75.

3. *Непряма агресія* ($n = 13$):

“+”: 2, 10, 18, 34, 42, 56, 63.

“-”: 26, 49.

4. *Негативізм* ($n = 20$):

“+”: 4, 12, 20, 28.

“-”: 36.

5. *Роздратування* ($n = 9$):

“+”: 3, 19, 27, 43, 50, 57, 64, 72.

“-”: 11, 35, 69.

6. *Підозрілість* ($n = 11$):

“+”: 6, 14, 22, 30, 38, 45, 52, 59.

“-”: 65, 70.

7. *Образа* ($n = 13$):

“+”: 5, 13, 21, 29, 37, 44, 51, 58.

8. *Почуття вини* ($n = 11$):

“+”: 8, 16, 24, 32, 40, 47, 54, 61, 67.

Оскільки кожна шкала передбачає неоднакову кількість тверджень, то для того, аби можна було порівняти їх, потрібно набрану за кожною шкалою суму балів поділити на кількість питань цієї шкали (вона вказана в дужках біля назви кожної шкали), і помножити на 100 %. Таким чином, провести процедури переведення отриманих балів у відсотки. Отриманий показник свідчить про те, яка агресивність обстежуваного порівняно з максимально можливою за шкалою методики.

Крім того, у методиці передбачено два інтегральних показники:

$(\text{Фізична агресія} + \text{Вербальна агресія} + \text{Непряма агресія}) / 3 = \text{ІА}$ – індекс агресивності;

$(\text{Підозрілість} + \text{Образа}) / 2 = \text{ІВ}$ – індекс ворожості.

У формули сумарних показників потрібно підставляти не “сирі”, а приведені бали (відсотки).

Автори А. Басс і А. Дарки запропонували опитувальник для виявлення важливих, на їхню думку, показників і форм агресії.

1. Використання фізичної сили проти іншої особи – фізична агресія.

2. Вираження негативних почуттів як через форму (сварка, крик, вереск), так і через зміст словесних звернень до інших осіб (погроза, прокляття, лайка) – вербальна агресія.

3. Використання обхідним шляхом спрямованих проти інших осіб пліток, жартів і прояв неспрямованих, невпорядкованих вибухів люті (крик, тупотіння ногами тощо) – непряма агресія.

4. Опозиційна форма поведінки, спрямована зазвичай проти авторитету й керівництва і може наростати від пасивного опору до активних дій проти вимог, правил, законів, – негативізм.

5. Схильність до роздратування, готовність у разі найменшого збудження виплеснутись у запальності, різкості, грубості – роздратування.

6. Схильність до недовіри й настороженого ставлення до людей, що виникає з переконання, що оточення має намір заподіяти шкоду, – підозрілість.

7. Прояви заздрості й ненависті до оточення, обумовлені почуттям гніву, невдоволення кимось конкретно або всім світом за справжні чи уявні страждання, – образа.

8. Ставлення до себе і оточення пояснюється можливим переконанням обстежуваного в тому, що він є поганою людиною, чинить недобре (шкідливо, злісно або безсовісно), – аутоагресія, або почуття провини.

Опитувальник не убезпечений від мотиваційних викривлень (наприклад, через соціальну бажаність).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абакирова Т. П. Коммуникативная структура личности. *Психологические механизмы регуляции активности личности* : сборник научных трудов. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2001. С. 3–12.
2. Абакирова Т. П. Социально-психологические факторы формирования коммуникативных свойств личности : дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 2000. 191 с.
3. Абульханова-Славская К. А. Деятельность в психологии личности. Москва : Мысль, 1980. – 334 с.
4. Абульханова-Славская К. А. Типология активности. Москва, 1980. 334 с.
5. Алексеева Л. Ф. Психология активности личности. Новосибирск : Изд-во НГПУ, 1996. – 148 с.
6. Алиева З. А. Взаимосвязь направленности личности и межличностных отношений старшеклассников : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2001. 23 с.
7. Алтунина И. Р. Развитие коммуникативной компетенции у старшеклассников и взрослых людей (С помощью видеотренинга) : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Москва, 1998. 21 с.
8. Асимов М. А. Коммуникативные навыки : учебник. Алматы, 2008. 212 с.
9. Бандурка О. М. Професійна етика працівників органів внутрішніх справ: навч. посіб. Харків : Вид-во НУВС, 2001. 220 с.
10. Барко В. І. Професійний відбір кадрів до органів внутрішніх справ (психологічний аспект) : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2002. 296 с.
11. Васильев С. П. Рівні та структурно-функціональні моделі саморегуляції людини. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка. Київ, 2010. Т. XII Ч. 4. С. 56–66.
12. Васильев С. П., Андрущенко А. О. Психологічні особливості динаміки ціннісно-сміслових орієнтацій курсантів в процесі соціалізації. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. Київ, 2014. № 2 (2). С.19–21.
13. Воробйова І. В. Особливості поведінки працівників правоохоронних органів. *Вісник ХДПУ ім. Г. С. Сковороди. Психологія*. Харків: ХДПУ, 2001. Вип. 8. С. 54–59.
14. Воробьёва И. В., Мацегора Я. В., Горельшев С. А., Побережный А. А. Информационные технологии в решении задач психологических исследований. *Социальная психология здоровья и современные информационные технологии* : сборник научных статей I междунар. науч.-практ. конференции, Брест, 14–15 апреля 2015 г. : в 2 ч. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина ; под общ. ред. Е. И. Медведской. Брест : БрГУ, 2015. Ч. 2. С. 112–125.

15. Жаданюк А. С. Психологические особенности динамики формирования личностных качеств в условиях профессионального стресса (на материале деятельности работников спецподразделений на Северном Кавказе): дис. ... канд. психол. наук. Ярославль: ЯГУ им. П. Г. Демидова, 2005. 195 с.

16. Зеленова М. Е. Особенности Я-концепции и успешность социально-психологической адаптации участников военных действий. Социальная психология и общество. *Международный научный журнал*. 2011. № 1. С. 97–110.

17. Зелянина А. Н. Динамика индивидуально-психологических особенностей ветеранов боевых действий с различным характером военной травмы : дис. ... канд. психол. наук. Москва : ИП РАН, 2013. 138 с.

18. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2011. 752 с.

19. Інструкція з організації психологічного супроводу виконання СБЗ особовим складом НГУ : наказ Командувача НГУ від 01.09.2017 р. № 555. Офіційний веб-сайт НГУ. 2017. Режим доступу : <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/z1169-17#n22> (дата звернення: 07.08.2019)

20. Інструкція про порядок організації та здійснення професійно-психологічного відбору у НГУ : наказ Командувача НГУ від 31 березня 2017 р. № 196. Офіційний веб-сайт НГУ. 2017. Режим доступу : <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/z1169-17#n13> (дата звернення: 07.08.2019).

21. Караяни А. Г., Сыромятников И. В. Прикладная военная психология. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 480 с.

22. Колесніченко О. С., Юр'єва Н. В., Мацегора Я. В., Приходько І. І. та ін. Психологічна готовність до ризику військовослужбовців Національної гвардії України : монографія. Харків : Національна академія НГУ, 2017. 257 с.

23. Колесніченко О. С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців : монографія. Харків : ФОП Бровін О. В., 2018. 488 с.

24. Колесніченко О. С. Структура і зміст методики “Стійкість до бойової травматизації військовослужбовців” фахівця екстремального виду діяльності. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Психологічні науки*. 2018. № 1 (9). С. 287–311.

25. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В., Приходько І. І. Автоматизація професійного психологічного відбору кандидатів на військову службу в НГУ: монографія. Харків : Національна академія НГУ, 2017. 334 с.

26. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В., Приходько І. І. та ін. Методика визначення психологічної готовності до ризику військовослужбовців. *Честь і закон*. 2016. Вип. 4 (59). С. 77–90.

27. Колесніченко О. С., Лиман А. А., Мацегора Я. В. та ін. Типізація психологічної готовності до ризику представників екстремальних видів діяльності. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького. Педагогічні та психологічні науки*. Хмельницький: НАДПСУ, 2016. Вип. 3 (5).

28. Колесніченко О. С., Приходько І. І., Мацегора Я. В., Юр'єва Н. В. Прогнозування психологічної готовності до ризику фахівців екстремальних

видів діяльності. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Психологічні науки*. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2016. Вип № 2 (4). С. 115–138.

29. Колесов Д. В. Целостность и целеполагание. Феномен “тупикового успеха”. *Мир психологии*. 2004. № 4. С. 70–79.

30. Корнилова Т. В. Диагностика мотивации и готовности к риску. Москва : ИП РАН, 1997. 232 с.

31. Корольчук М. С., Корольчук В. М., Ржевський Г. М. Практична психологія: навч. посіб. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2014. 728 с.

32. Корольчук М. С., Осьодло В. І. Психодіагностика: навч. посіб. / за ред. М. С. Корольчука. Київ : Ельга, Ніка-Центр, 2012. 400 с.

33. Котенев И. О. Психологическая диагностика постстрессовых состояний у сотрудников органов внутренних дел: метод. пособие для практических психологов. Москва : МЦ при ГУК МВД России, 1997. 40 с.

34. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22. Вип. 1. С. 16–24.

35. Маклаков А. Г. Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность”. *Профессиональный психологический отбор кандидатов в военно-учебные заведения Министерства обороны Российской Федерации* : метод. рекомендации. Москва, 1994. С. 164–174.

36. Маклаков А. Г., Черемянин С. В., Шустов Е. Б. Проблема прогнозирования психологических последствий локальных военных конфликтов. *Психологический журнал*. 1998. Т. 19. № 2.

37. Маркова А. К. Психология профессионализма. Москва : Знание, 1996.

38. Медико-психологическая коррекция специалистов “силовых” структур : метод. пособие / под ред. А. Б. Белевитина. Санкт-Петербург : Айсинг, 2010. 268 с.

39. Методичні рекомендації про засади побудови та порядок експлуатації психологічної смуги імітації екстремальних (бойових) умов службово-бойової діяльності підрозділів НГУ : наказ Командувача НГУ від 04.04.2016 р. № 188. Офіційний веб-сайт НГУ. 2016. <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/z1169-17> (дата звернення: 07.09.2018)

40. Мілорадова Н. Е., Шеховцова О. В., Федоренко О. І., Доценко В. В. Тренінг розвитку професійних настановлень майбутніх правоохоронців : навч.-метод. посіб. Харків: Харківський національний університет внутрішніх справ, 2015. 120 с.

41. Моросанова В. И., Коноз Е. М. Стилевая саморегуляция поведения человека. *Вопросы психологии*. 2000. № 2. С. 118–127.

42. Моторин В. Б. Риск в профессиональной деятельности: основные факторы и особенности проявления : монография. Санкт-Петербург, 2002. 240 с.

43. Овчаренко Ю. О. Психологічні особливості професійної самосвідомості військовослужбовців військ протиповітряної оборони Збройних

Сил України : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.09. Хмельницький, 2004. 17 с.

44. Овчаренко Ю. О. Психологічні особливості професійної самосвідомості військовослужбовців військ протиповітряної оборони Збройних Сил України : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.09. Хмельницький, 2004. 17 с.

45. Пархоменко О. О., Приходько І. І. Психологічні особливості військовослужбовців підрозділів НГУ з охорони атомних електростанцій : монографія. Харків : НАНГУ, 2017. 193 с.

46. Положення про психологічне забезпечення в НГУ : наказ Міністерства внутрішніх справ України від 08.12.2016 р. № 1285. Офіційний веб-сайт НГУ. 2016. <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/z1169> (дата звернення: 22.07.2019).

47. Потапчук Є. М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців : монографія. Хмельницький : НАДПСУ, 2004. 323 с.

48. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие. Самара : Издательский дом "Бахрах-М", 2001. 672 с.

49. Приходько І. І. Психодіагностика професійно важливих психологічних якостей військовослужбовців підрозділів спеціального призначення внутрішніх військ МВС України. *Внутрішні війська МВС України на етапі реформування та розбудови* : мат-ли наук.-практ. конф. Харків : Академія ВВ МВС України, 2007. С. 230–231.

50. Приходько І. І. Розробка системи критеріїв оцінки та прогнозування професійної придатності курсантів вищого військового навчального закладу. *Честь і закон*. 2007. Вип № 1 (60). С. 23–27.

51. Приходько І. І. Систематизація основних протиріч та конфліктів у діяльності персоналу екстремальних професій, які впливають на їхню психологічну безпеку. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ. 2011. Вип. 1 (20). С. 199–205.

52. Приходько І. І., Ліпатов І. І., Шестопалова Л. Ф. Прикладна психологія службово-бойової діяльності сил охорони правопорядку : підручник. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2012. 26 с.

53. Приходько І. І., Мацегора Я. В. та ін. Використання автоматизованого психодіагностичного комплексу визначення професійної придатності військовослужбовців внутрішніх військ для розподілу кандидатів за військово-обліковими спеціальностями різних типів військових частин внутрішніх військ МВС України : науково-дослідна робота. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2012. 579 с.

54. Приходько І. І. Засади психологічної безпеки персоналу екстремальних видів діяльності : монографія. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2013. 745 с.

55. Про затвердження Інструкції з організації психологічного супроводу виконання службово-бойових завдань особовим складом НГУ : Наказ Командувача НГУ від 01.09.2017 р. № 555 URL: <http://ngu.gov.ua/ua/pryyom-na->

viyskovu-sluzhbu (дата звернення: 10.09.2017).

56. Про Національну гвардію України : Закон України від 14.03.2014 р. № 876-VII : за станом на 24.12.2015 р. *Відомості Верховної Ради України*. 2014. № 17. Ст. 394.

57. Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей: Закон України від 20.12.1991 р. № 2011XII. п. 19 Ст. 10-1. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/201112>. (дата звернення: 10.09.2017).

58. Психологічна готовність до професійної діяльності військовослужбовців внутрішніх військ МВС України при виконанні службово-бойових завдань у відрядженні : звіт про науково-дослідну роботу / О. В. Тімченко, О. С. Колесніченко, О. О. Пархоменко, Н. А. Каз'яніна та ін. Харків : НАНГУ, 2014. 367 с. (№ держреєстрації 0113Г003366).

59. Розроблення системи психологічної безпеки військовослужбовців внутрішніх військ МВС України : звіт про науково-дослідну роботу / І. І. Приходько, Я. В. Мацегора, І. В. Воробйова, А. А. Побережний та ін. Харків, 2013. 719 с. (№ держреєстрації 0113Г003365).

60. Столин В. В. Самосознание личности. Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1983. 284 с.

61. Тимчасова програма психологічної реабілітації військовослужбовців НГУ в системі медичної реабілітації на базі медичного центру “Нові Санжари” НГУ : наказ Командувача НГУ від 17.02.2017 р. № 101. Офіційний веб-сайт НГУ. 2017. <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/z1169> (дата звернення: 12.08.2019).

62. Bell D.J. The Police Role and Higher Education. *Journal of Police Science and Administration*. 1979. №7 (4). P. 473.

63. Heim, H. Individuelle Risikobereitschaft und Unfallneigung. Bundesinstitut fur Arbeitsschutz. Koblenz, 1971. 78 s.

64. Kobasa S. C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. № 37. P. 1–11.

65. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assesment*. 1994. Vol. 63. № 2. P. 265–274.

66. Prikhodko, I. I. Special features of the information-and-psychological influence on the psychological safety of the servicemen of Interior Forces of the Ministry of the Interior of Ukraine who were on duty during the presidential elections at 2004. *European Applied Sciences*, 2013. № 1. P. 175–178.

67. Samaha J. Criminal Justice. Minneapolis : West Publishing Company, 1994. 348 p.

68. Smith P. C., Dunnette Ed.M.D. Behaviors, results and organization effectiveness; the problem of criteria. In: *Handbook of industrial and organization psychology* : Chicago, 1976. P. 745–775.

Навчальне видання

Колесніченко Олександр Сергійович
Приходько Ігор Іванович
Мацегора Яніна Володимирівна
Юр'єва Наталія Вікторівна
Лиман Анастасія Андріївна
Байда Максим Степанович

ПРИКЛАДНА ПСИХОДІАГНОСТИКА В НАЦІОНАЛЬНІЙ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

Методичний посібник

Редактор *Я. М. Холоденко*
Комп'ютерне макетування *А. О. Теплової*

Формат паперу 60×84/16. Ум. друк. арк. 22,55. Тираж 17 прим. Зам. № .
Видавець і виготовлювач Національна академія Національної гвардії України.
Пл. Захистників України, 3, м. Харків, 61001.
Свідоцтво про державну реєстрацію ДК № 4794 від 24.11.2014 р.