

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
"Оренбургский государственный университет"

Кафедра безопасности жизнедеятельности

И.В.ЕФРЕМОВ, Е.Л.ЯНЧУК, Л.А.БЫКОВА

# **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ БЖД**

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ

Рекомендовано к изданию Редакционно-издательским советом  
государственного образовательного учреждения  
высшего профессионального образования  
"Оренбургский государственный университет"

Оренбург 2007

УДК 355.58:159.9(076.5)

ББК 68.9+88.4 я7

Е92

Рецензент

кандидат технических наук, доцент В.А.Василенко

**Ефремов И.В.**

Е 92 **Психологические аспекты БЖД: методические указания к практическому занятию / И.В.Ефремов, Е.Л.Янчук, Л.А.Быкова. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2007. - 39 с.**

Методические указания предназначены для обеспечения четкой организации проведения практических занятий по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности».

Методические указания рекомендованы для обучения студентов гуманитарных специальностей.

ББК 68.9+88.4 я7

© Ефремов И.В.,  
Янчук Е.Л.,  
Быкова Л.А., 2007

© ГОУ ОГУ, 2007

## Содержание

Введение.....	7
1 Диагностика интеллекта.....	11
1.1 Методика для оценки логического мышления.....	11
1.1.1 Методика «Закономерности числового ряда».....	11
2 Диагностика психических состояний и свойств личности.....	11
2.1 Определение направленности личности (ориентационная анкета).....	11
2.2 Метод исследования уровня субъективного контроля (УСК).....	16
3 Диагностика межличностных отношений в коллективе и семье.....	24
3.1 Методика диагностики межличностных отношений Т.Лири.....	24
4 Тесты профориентации.....	31
4.1 Методика «дифференциально-диагностический опросник» (ДДО).....	31
4.2 Методика «Карта интересов».....	35
Список использованных источников.....	41
Приложение А.....	42
Таблица А1 – Лист ответов по методике «Карта интересов».....	42

## Введение

Перед началом выполнения человеком какой-либо деятельности его способности только потенциальны и, по существу, выступают лишь как возможности к ее выполнению. Генетическим фондом возможностей являются задатки, которые и служат основой развития тех или иных способностей. Одно и тоже психофизиологическое свойство может быть по отношению к одной деятельности - способностью, а по отношению к другой - не имеет практического значения, то есть не быть способностью.

**Способности** - это общее качество личности, определяющее успешность овладения определенной деятельностью и возможность совершенствоваться в ней. Ошибочно мнение, будто каждый человек способен ко всему. Абсолютно неспособных людей тоже нет. Выявить способности каждого претендента на работу - главная задача тестирования.

**Профессиональная пригодность** - это совокупность психологических и психофизиологических особенностей человека, необходимых и достаточных для достижения им при наличии специальных знаний, умений, навыков приемлемой эффективности труда. В понятие профпригодности некоторые исследователи включают также удовлетворенность человеком в процессе его труда и при оценке его результатов.

Профессиональную подготовленность психологи определяют как совокупность специальных знаний, умений, навыков, обуславливающих способность человека выполнять определенную работу с тем или иным качеством. Подготовленность, профессиональные способности нельзя отождествлять с профпригодностью, ибо она, кроме всего прочего, включает и мотивацию, удовлетворенность трудом.

**Профпригодность** - это гибкое, динамическое образование, которое складывается и шлифуется в ходе профессиональной деятельности.

Не для каждого вида профессиональной деятельности уместно проведение профотбора. Он нужен лишь там, где профессия предъявляет высокие требования к личности специалиста.

### **Психофизические особенности работы оператора**

Оператор, управляя процессом, получает необходимую информацию, оценивает и перерабатывает ее, принимает решение и воздействует на органы управления.

Информацию о результатах управляющего воздействия оператор получает по каналам обратной связи при восприятии обстановки и показателей режима протекания процесса, после чего вновь возникает необходимость в переработке информации, принятии нового решения и реализации его с учетом полученной информации и изменившейся ситуации.

Окружающая среда, воздействуя на органы чувств (анализаторы) человека, вызывает ощущения. К наиболее значимым для профессии оператора ощущениям

относятся: зрительные, слуховые, мышечно-двигательные (кинестезические), кожные и вестибулярные.

**Внимание** - сосредоточенность сознания на каком-либо объекте или действии. Оно является необходимым условием психической деятельности человека и имеет важное значение для оператора.

Внимание имеет различные качества, проявление которых зависит от особенностей человека, его состояния и характера выполняемой работы. Важнейшие качества внимания - объем, интенсивность, устойчивость, распределение и переключение. Объем внимания характеризуется количеством объектов, которые могут быть восприняты одновременно и достаточно ясно.

**Интенсивность** — это степень напряжения внимания при восприятии объекта; чем больше интенсивность внимания, тем полнее и отчетливее восприятие.

**Устойчивость** — это удержание необходимой интенсивности внимания в течение длительного времени.

**Распределение и переключение** внимания являются особо важными качествами для оператора. Первое определяет способность человека одновременно выполнять два или несколько действий и распределять внимание между различными объектами, второе заключается в способности быстро менять объекты, на которые направлено внимание, или переходить от одного вида деятельности к другому.

Одним из важных качеств оператора является умение правильно распределять свое внимание. Такое умение, называемое организацией внимания, вырабатывается в процессе работы. Оператор в любой ситуации должен быстро выделять главное и уметь максимально использовать необходимые качества внимания при выполнении различных маневров.

Мышление позволяет человеку отражать в сознании не только внешние особенности воспринимаемых предметов, но и их сущность, взаимные существенные связи между явлениями.

**Процесс мышления** - процесс отбора и синтезирования воспринимаемой информации в единую обобщенную картину ситуации. Однако интеллектуальные процессы не ограничиваются воспринимаемой в определенный момент информацией, они сочетаются с данными, хранящимися в памяти, и дополняются воображением.

Память является психическим процессом запечатления, сохранения и воспроизведения прошлого опыта. Различают два вида памяти: долговременную и кратковременную.

Долговременная память проявляется в запоминании на длительное время сведений, знаний, необходимых в жизни человека. Кратковременная память служит для запоминания ограниченного объема информации в течение непродолжительного времени. Кратковременная или оперативная память всегда связана с деятельностью, протекающей в быстром темпе и в условиях жестко

ограниченного времени, и поэтому имеет относительно большее значение в деятельности оператора. Оператор должен быстро запоминать текущую информацию, своевременно и точно выполнять необходимые действия, затем запоминать новую информацию и координировать свои действия.

При оценке способностей оператора необходимо учитывать:

- объем памяти, быстроту и точность запоминания, длительность удержания в памяти необходимых сведений и готовность памяти. Последняя характеризуется легкостью воспроизведения сведений, необходимых в конкретном случае.

**Сенсомоторная реакция** — это ответное действие на какой-либо раздражитель (сигнал). Важнейшей особенностью деятельности оператора является необходимость во многих случаях быстро реагировать на сигналы внешней среды.

Сенсомоторные реакции могут быть простыми и сложными. Простая реакция - это возможно быстрое ответное действие на заранее известный сигнал, причем способ реагирования - единственно возможный и тоже заранее известный. Сложными реакциями называют такие, в которых наличествуют несколько раздражителей и несколько ответных действий, причем последовательность предъявления раздражителей заранее неизвестна. Кроме того, сложная реакция может быть связана с выбором нужного ответа из ряда возможных.

**Эмоции** - это переживания человеком своего отношения к окружающему миру и к самому себе. От эмоционального состояния оператора во многом зависит эффективность его деятельности. При положительных эмоциях оператора наиболее полно реализует свои психофизиологические возможности, отрицательные же эмоции угнетают деятельность оператора: нарушается координация движений, возникают ошибки восприятия, увеличивается время ответных реакций на действие раздражителей.

Критические ситуации могут вызвать в организме человека, управляющего или следящего за процессом, состояние стресса. **Стресс** — это максимальное напряжение всех функций организма, когда его силы мобилизованы на борьбу с опасностью для восстановления нарушенного равновесия. В состоянии умеренного стресса человек значительно лучше действует в опасной обстановке. Но если причина, вызвавшая стресс, очень сильна или действует продолжительно, организм истощается, в нем могут произойти серьезные нарушения. У одних стресс подавляет психическую деятельность, парализует действия, у других — повышает активность, обостряет сообразительность и находчивость.

Профессиональные качества оператора во многом определяются способностью переносить большие эмоциональные нагрузки, устойчивостью к различным отрицательно воздействующим факторам. Очень важна также способность оператора рационально действовать в состоянии высокого эмоционального напряжения. Такая способность определяется степенью развития волевых качеств, среди которых особенное значение имеют решительность и

самообладание. Решительность проявляется в способности человека быстро оценивать обстановку, принимать решение и без колебаний выполнять его.

Рассмотренные психофизиологические особенности являются ведущими в деятельности оператора. Уровень их развития в значительной степени определяет профессиональные возможности оператора.

Перечисленные особенности проявляются в сложном взаимодействии со свойствами личности — направленностью, способностями, темпераментом и характером. Направленность побуждает человека быть активным, деятельным и проявлять определенные отношения к окружающему миру. **Направленность** — это убеждения человека, его мировоззрение, идеалы, склонности, интересы, желания, влечения, отношение к работе, чуткость, вежливость и др. **Способностями** называют такие психические качества, благодаря которым человек сравнительно легко приобретает знания, умение и навыки, что позволяет ему успешно заниматься данной деятельностью. Совокупность индивидуально-психологических особенностей, проявляющихся в быстроте возникновения и силе чувств, в общей подвижности человека, называют **темпераментом**. Темперамент проявляется в эмоциональной возбудимости и общей подвижности человека. **Характер** - совокупность существенных, наиболее устойчивых психических свойств человека, проявляющихся в его действиях и поступках. Характер формируется в процессе воспитания и обучения.

Успешность профессиональной деятельности оператора в значительной степени определяется интегральным выражением его психофизиологических и личностных качеств в усложненных условиях деятельности, когда к ним предъявляются особенно высокие требования. Поэтому изучение этих особенностей имеет важное значение для прогнозирования психофизиологической надежности оператора. В указанных целях используются психофизиологические методы исследования, моделирующие элементы деятельности оператора в натурном и лабораторном эксперименте.

# 1 Диагностика интеллекта

## 1.1 Методика для оценки логического мышления

### 1.1.1 Методика «Закономерности числового ряда»

Методика оценивает логический аспект мышления. Обследуемые должны найти закономерности построения 8 числовых рядов и написать недостающие числа. Время выполнения - 5 мин.

**Инструкция** - "Вам предъявлены 7 числовых рядов. Вы должны найти закономерность построения каждого ряда и вписать недостающие числа. Время выполнения работы - 5 мин".

#### **Числовые ряды:**

- 1) 24 21 19 18 15 13 - - 7;
- 2) 1 4 9 16 - - 49 64 81 100;
- 3) 16 17 15 18 14 19 - -;
- 4) 1 3 6 8 16 18 - - 76 78;
- 5) 7 16 19; 5 21 16; 9 - 4;
- 6) 2 4 8 10 20 22 - - 92 94;
- 7) 24 22 19 15 - -.

#### Ключ ответов

- |           |           |          |
|-----------|-----------|----------|
| 1) 12 9;  | 4) 36 38; | 7) 10 4. |
| 2) 25 36; | 5) 13;    |          |
| 3) 13 20; | 6) 44 46; |          |

Оценка производилась по количеству правильно написанных чисел. Норма взрослого человека - 3 и выше.

# 2 Диагностика психических состояний и свойств личности

## 2.1 Определение направленности личности (ориентационная анкета)

Для определения личностной направленности в настоящее время используется ориентационная анкета. Анкета состоит из 27 пунктов-суждений, по каждому из которых возможны три варианта ответов, соответствующие трем видам направленности личности. Респондент должен выбрать один ответ, который в наибольшей степени выражает его мнение или соответствует реальности и еще



один, который, наоборот, наиболее далек от его мнения, или же наименее соответствует реальности. Ответ «наиболее» получает 2 балла, «наименее» - 0, оставшийся невыбранным - 1 балл. Баллы, набранные по всем 27 пунктам, суммируются для каждого вида направленности отдельно.

С помощью методики выявляются следующие направленности:

1) *направленность на себя (Я)* - ориентация на прямое вознаграждение и удовлетворение безотносительно работы и сотрудников, агрессивность в достижении статуса, властность, склонность к соперничеству, раздражительность, тревожность, интровертированность;

2) *направленность на общение (О)* - стремление при любых условиях поддерживать отношения с людьми, ориентация на совместную деятельность, но часто в ущерб выполнению конкретных заданий или оказанию искренней помощи людям, ориентация на социальное одобрение, зависимость от группы, потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми;

3) *направленность на дело (Д)* - заинтересованность в решении деловых проблем, выполнение работы как можно лучше, ориентация на новое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

**Инструкция** - "Опросный лист состоит из 27 пунктов. По каждому из них возможны три варианта ответов: А, Б, В.

1 Из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который лучше всего выражает Вашу точку зрения по данному вопросу. Возможно, что какие-то из вариантов ответов покажутся Вам равноценными. Тем не менее, мы просим Вас отобрать из них только один, а именно тот, который в наибольшей степени отвечает Вашему мнению и более всего ценен для Вас.

Букву, которой обозначен ответ, (А, Б, В) напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта (1-27) под рубрикой «БОЛЬШЕ ВСЕГО».

2 Затем из ответов на каждый из пунктов выберите тот, который дальше всего отстоит от Вашей точки зрения, наименее для Вас ценен. Букву, которой обозначен ответ, вновь напишите на листе для записи ответов рядом с номером соответствующего пункта, в столбце под рубрикой «МЕНЬШЕ ВСЕГО».

3 Таким образом, для ответа на каждый из вопросов Вы используете две буквы, которые и запишите в соответствующие столбцы. Остальные ответы нигде не записываются.

*Старайтесь быть максимально правдивым!*

Среди вариантов ответа нет «хороших» или «плохих», поэтому не старайтесь угадать, какой из ответов является «правильным» или «лучшим» для Вас.

Время от времени контролируйте себя, правильно ли Вы записываете ответы, рядом с теми ли пунктами. В случае, если Вы обнаружите ошибку, исправьте ее, но так, чтобы направление было четко видно.

### **Тестовый материал**

*1 Наибольшее удовлетворение я получаю от:*

- А. Одобрения моей работы;
- Б. Сознания того, что работа сделана хорошо;
- В. Сознание того, что меня окружают друзья.

*2 Если бы я играл в футбол (волейбол, баскетбол), то я хотел бы быть.:*

- А. Тренером, который разрабатывает тактику игры;
- Б. Известным игроком;
- В. Выбранным капитаном команды.

*3 По-моему, лучшим педагогом является тот кто:*

- А. Проявляет интерес к учащимся и к каждому имеет индивидуальный подход;
- Б. Вызывает интерес к предмету, так что учащиеся с удовольствием углубляют свои знания в этом предмете;
- В. Создает в коллективе такую атмосферу, при которой никто не боится высказать свое мнение.

*4 Мне нравится, когда люди:*

- А. Радуются выполненной работе;
- Б. С удовольствием работают в коллективе;
- В. Стремятся выполнить свою работу лучше других.

*5 Я хотел бы, чтобы мои друзья:*

- А. Были отзывчивы и помогали людям, когда для этого представляются возможности;
- Б. Были верны и преданы мне;
- В. Были умными и интересными людьми.

*6 Лучшими друзьями я считаю тех:*

- А. С кем складываются хорошие взаимоотношения;
- Б. На кого всегда можно положиться;
- В. Кто может многого достичь в жизни.

*7 Больше всего я не люблю:*

- А. Когда у меня что-то не получается;
- Б. Когда портятся отношения с товарищами;
- В. Когда меня критикуют.

*8 По-моему, хуже всего, когда педагог:*

- А. Не скрывает, что некоторые учащиеся ему несимпатичны, насмехается и подшучивает над ними;
- Б. Вызывает дух соперничества в коллективе;
- В. Недостаточно хорошо знает предмет, который преподает.

*9 В детстве мне больше всего нравилось:*

- А. Проводить время с друзьями;
- Б. Ощущение выполненных дел;
- В. Когда меня за что-нибудь хвалили.

*10 Я хотел бы быть похожим на тех, кто:*

- А. Добился успеха в жизни;
- Б. По-настоящему увлечен своим делом;
- В. Отличается дружелюбием и доброжелательностью.

*11 В первую очередь вуз должен:*

- А. Научить решать задачи, которые ставит жизнь;
- Б. Развивать прежде всего индивидуальные способности студента;
- В. Воспитывать качества, помогающие взаимодействовать с людьми.

*12 Если бы у меня было больше свободного времени, охотнее всего я использовал бы его:*

- А. Для общения с друзьями;
- Б. Для отдыха и развлечений;
- В. Для своих любимых дел и самообразования.

*13 Наибольших успехов я добиваюсь, когда:*

- А. Работаю с людьми, которые мне симпатичны;
- Б. У меня интересная работа;
- В. Мои усилия хорошо вознаграждаются.

*14 Я люблю, когда:*

- А. Другие люди меня ценят;
- Б. Испытываю удовлетворение от хорошо выполненной работы;
- В. Приятно провожу время с друзьями.

*15 Если бы обо мне решили написать в газете, мне бы хотелось, чтобы:*

А. Рассказали о каком-либо интересном деле, связанном с учебой, работой, спортом и т. п., в котором мне довелось участвовать;

- Б. Написали о моей деятельности;
- В. Обязательно рассказали о коллективе, в котором я работаю.

*16 Лучше всего я учусь, если преподаватель:*

- А. Имеет ко мне индивидуальный подход;
- Б. Сумеет вызвать у меня интерес к предмету;
- В. Устраивает коллективные обсуждения изучаемых проблем.

*17 Для меня нет ничего хуже, чем:*

- А. Оскорбление личного достоинства;
- Б. Неудача при выполнении важного дела;
- В. Потеря друзей.

*18 Больше всего я ценю:*

- А. Успех;
- Б. Возможности хорошей совместной работы;

В. Здравый практичный ум и смекалку.

*19 Я не люблю людей, которые:*

А. Считаю себя хуже других;

Б. Часто ссорятся и конфликтуют;

В. Возражают против всего нового.

*20 Приятно, когда:*

А. Работаешь над важным для всех делом;

Б. Имеешь много друзей;

В. Вызываешь восхищение и всем нравишься.

*21 По-моему, в первую очередь руководитель должен быть:*

А. Доступным;

Б. Авторитетным;

В. Требовательным.

*22 В свободное время я охотно прочитал бы книги:*

А. О том, как заводить друзей и поддерживать хорошие отношения с людьми;

Б. О жизни знаменитых и интересных людей;

В. О последних достижениях науки и техники.

*23 Если бы у меня были способности к музыке, я предпочел бы быть:*

А. Дирижером;

Б. Композитором;

В. Солистом.

*24 Мне бы хотелось:*

А. Придумать интересный конкурс;

Б. Победить в конкурсе;

В. Организовать конкурс и руководить им.

*25 Для меня важнее всего знать:*

А. Что я хочу сделать;

Б. Как достичь цели;

В. Как организовать людей для достижения цели.

*26 Человек должен стремиться к тому, чтобы:*

А. Другие были им довольны;

Б. Прежде всего выполнить свою задачу;

В. Его не нужно было упрекать за выполненную работу.

*27 Лучше всего я отдыхаю в свободное время:*

А. В общении с друзьями;

Б. Просматривая развлекательные фильмы;

В. Занимаясь своим любимым делом.

Таблица 1 – Ключ ответов

№ п.п	Я	О	Д	№ п.п	Я	О	Д
1	А	В	Б	15	Б	В	А
2	Б	В	А	16	А	В	Б
3	А	В	Б	17	А	В	Б
4	В	Б	А	18	А	Б	В
5	Б	А	В	19	А	Б	В
6	В	А	Б	20	В	Б	А
7	В	Б	А	21	Б	А	В
8	А	Б	В	22	Б	А	В
9	В	А	Б	23	В	А	Б
10	А	В	Б	24	Б	В	А
11	Б	В	А	25	А	В	Б
12	Б	А	В	26	В	А	Б
13	В	А	Б	27	Б	А	В
14	А	В	Б				

## 2.2 Метод исследования уровня субъективного контроля (УСК)

Данная экспериментально-психологическая методика позволяет сравнительно быстро и эффективно оценить сформированный у испытуемого уровень субъективного контроля над разнообразными жизненными ситуациями и пригодна для применения в клинической психодиагностике, при профотборе, семейной консультации и т. д. Разработана в НИИ им. Бехтерева. Впервые подобные методы были апробированы в 60-х годах в США.

Наиболее известным из них является шкала локус контроля Дж. Роттера. Эта шкала основана на двух принципиальных положениях.

1 Люди различаются между собой по тому, как и где они локализуют контроль над значительными для себя событиями. Возможны два полярных типа такой локализации: экстернальный и интернальный. В первом случае человек полагает, что происходящие с ним события являются результатом действия внешних сил - случая, других людей и т. д. Во втором случае человек интерпретирует значимые события как результат своей собственной деятельности. Любому человеку свойственна определенная позиция на континууме, простирающемся от экстернального к интернальному типу.

2 Локус контроля, характерный для индивида, универсален по отношению к любым типам событий и ситуаций, с которыми ему приходится сталкиваться. Один и тот же тип контроля характеризует поведение данной личности и в случае неудач, и в сфере достижений, причем это в разной степени касается различных областей социальной жизни.

Экспериментальные работы установили связь разнообразных форм поведения и параметров личности с экстернальностью-интернальностью. Конформное и уступчивое поведение в большей степени присуще людям с экстернальным локусом. Интерналы в отличие от экстерналов менее склонны подчиняться давлению других, сопротивляться, когда чувствуют, что ими манипулируют, они реагируют сильнее, чем экстерналы, на утрату личной свободы. Люди с интернальными локусами контроля лучше работают в одиночестве, чем под наблюдением или при видеозаписи. Для экстерналов характерно обратное.

Интерналы и экстерналы различаются по способам интерпретации разных социальных ситуаций, в частности по способам получения информации и по механизмам их каузального объяснения. Интерналы более активно ищут информацию и обычно более осведомлены о ситуации, чем экстерналы. В одной и той же ситуации интерналы атрибутируют большую ответственность индивидам, участвующим в этой ситуации. Интерналы в большей степени избегают ситуационных объяснений поведения, чем экстерналы.

Исследования, связывающие интернальность-экстернальность с межличностными отношениями, показали, что интерналы более популярны, более благожелательны, более уверены в себе проявляют большую терпимость. Существует связь высокой интернальности с положительной самооценкой, с большей согласованностью образов реального и идеального «Я». У интерналов обнаружена более активная, чем у экстерналов, позиция по отношению к своему здоровью: они лучше информированы о своем состоянии, больше заботятся о своем здоровье и чаще обращаются за профилактической помощью.

Экстернальность коррелирует с тревожностью, с депрессией, с психическими заболеваниями.

Интерналы предпочитают недирективные методы психокоррекции; экстерналы субъективно более удовлетворены поведенческими методами.

Все это дает достаточные основания полагать, что выделение личностной характеристики, описывающей то, в какой степени человек ощущает себя активным субъектом собственной деятельности, и в какой - пассивным объектом действия других людей и внешних обстоятельств, обоснованно существующими эмпирическими исследованиями и может способствовать дальнейшему изучению проблем прикладной психологии личности.

Второе вышеизложенное положение, на котором основывается американская традиция исследования локуса контроля, представляется малопримлемым. Описание личности с помощью обобщенных транситуативных характеристик является недостаточным. Большинству людей свойственна более или менее широкая вариабельность особенностей поведения в зависимости от конкретных социальных ситуаций. Особенности субъективного контроля, в частности, могут изменяться у одного и того же человека в зависимости от того, представляется ли ему ситуация сложной или простой, приятной или неприятной

и т. д. Поэтому измерение локуса контроля, по-видимому, более перспективно строить не как одномерную характеристику, а как многомерный профиль, компоненты которого привязаны к типам социальных ситуаций разной степени обобщенности.

Опросник УСК состоит из 44 пунктов. В отличие от шкалы Дж. Роттера в него включены пункты, измеряющие экстернальность-интернальность в межличностных и семейных отношениях; в него также включены пункты, измеряющие УСК в отношении болезни и здоровья.

Для увеличения спектра возможных применений опросника он сконструирован в двух вариантах различающихся форматом ответов испытуемых. Вариант А, предназначенный для исследовательских целей, требует ответа по 6-балльной шкале (-3, -2, -1, +1, +2, +3), в которой ответ «+3», означает «полностью согласен», «-3», - «совершенно не согласен» с данным пунктом. Вариант Б, предназначенный для психодиагностики, требует ответов по бинарной шкале «согласен - не согласен».

### **Тестовый материал**

1 Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека.

2 Большинство разводов происходит от того, что люди не захотели приспособиться друг к другу.

3 Болезнь - дело случая; если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь.

4 Люди оказываются одинаковыми из-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим.

5 Осуществление моих желаний часто зависит от везения.

6 Бесплезно предпринимать усилия для того, чтобы завоевать симпатию других людей.

7 Внешние обстоятельства - родители и благосостояние – влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов.

8 Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.

9 Как правило, руководство оказывается более эффективным, когда полностью контролирует действия подчиненных, а не полагается на их самостоятельность.

10 Мои отметки в школе часто зависели от случайных обстоятельств (например, от настроения учителя), чем от моих собственных усилий.

11 Когда я строю планы, то я, в общем, верю, что смогу осуществить их.

12 То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий.

13 Думаю, что правильный образ жизни может больше помочь здоровью, чем врачи и лекарства.

14 Если люди не подходят друг к другу, то, как бы они ни старались, наладить семейную жизнь они все равно не смогут.

15 То хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими.

16 Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители.

17 Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.

18 Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.

19 Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и степени подготовленности.

20 В семейных конфликтах я чаще чувствую вину за собой, чем за противоположной стороной.

21 Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств.

22 Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определять, что и как делать.

23 Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней.

24 Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успеха в своем деле.

25 В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.

26 Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся отношениях в семье.

27 Если я очень захочу, то смогу расположить к себе почти любого.

28 На подрастающее поколение влияет так много разных обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются бесполезными.

29 То, что со мной случается, - это дело моих собственных рук.

30 Трудно бывает понять, почему руководители поступают так, а не иначе.

31 Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего не проявил достаточно усилий.

32 Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, что я хочу.

33 В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще были виноваты другие люди, чем я сам.

34 Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно его одевать.

35 В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы разрешатся сами собой.

36 Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения.



37 Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было, зависит счастье моей семьи.

38 Мне всегда было трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим.

39 Я всегда предпочитаю принять решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу.

40 К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными, несмотря на все его старания.

41 В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.

42 Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только самих себя.

43 Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других людей.

44 Большинство неудач в моей жизни произошло от неумения, незнания или лени и мало зависело от везения или невезения.

Обработку заполненных ответов следует проводить по приведенным ниже ключам, суммируя ответы на пункты в столбцах «+» со своим знаком и ответы на пункты в столбцах «-» с обратным знаком (см. ключ ответов).

## Ключ ответов

<b>1.И<sub>о</sub></b>	+	-	<b>2. И<sub>д</sub></b>	+	-	<b>5.И<sub>н</sub></b>	+	-	
	2	1		12	1		19	1	
	4	3		15	5		22	9	
	11	5		27	6		25	10	
	12	6		32	14		42	30	
	13	7		36	26				
	15	8		37	43		<b>6.И<sub>м</sub></b>	+	-
	16	9					4	6	
	17	10		<b>3.И<sub>н</sub></b>	+		-	27	38
	19	14		2	7				
	20	18		4	24		<b>7.И<sub>з</sub></b>	+	-
	22	21		20	33		13	3	
	25	23		31	38		34	23	
	27	24		42	40				
	29	26		44	41				
	31	28							
	32	30		<b>4.И<sub>с</sub></b>	+		-		
	34	33		2	7				
	36	35		16	14				
37	38	20	26						
39	40	32	28						
42	41	37	41						
44	43								

Как показали исследования, проведенные на нормальных испытуемых, ответы на все пункты опросника имеют достаточный разброс: ни одна из половин шкалы не выбиралась реже, чем в 15 % случаев. Результаты заполнения опросника отдельным испытуемым преобразуются в стандартную систему единиц - стенов и могут быть наглядно представлены в виде профиля субъективного контроля.

Показатели опросника УСК организованы в соответствии с принципом иерархической структуры системы регуляции деятельности - таким образом, что включают в себя обобщенный показатель индивидуального УСК, инвариантный к частным ситуациям деятельности, два показателя среднего уровня общности и ряд ситуационных показателей.

**1 Шкала общей интернальности ( $I_o$ ).** Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. Такие люди считают, что большинство важных событий в их жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, таким образом, они чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Низкий показатель по шкале.  $I_o$  соответствует низкому уровню субъективного контроля. Такие испытуемые не видят связи между своими действиями и значимыми для них событиями их жизни, не считают себя способными контролировать их развитие и полагают, что большинство их является результатом случая или действий других людей.

**2 Шкала интернальности в области достижений ( $I_d$ ).** Высокие показатели по этой шкале соответствуют высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Такие люди считают, что они сами добились всего того хорошего, что было и есть в их жизни, и, что они способны с успехом преследовать свои цели в будущем. Низкие показатели по шкале  $I_d$  свидетельствуют о том, что человек приписывает свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам - везению, счастливой судьбе или помощи других людей.

**3 Шкала интернальности в области неудач ( $I_n$ ).** Высокие показатели по этой шкале говорят о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неприятностях и страданиях. Низкие показатели  $I_n$  свидетельствуют о том, что испытуемый склонен приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатом невезения.

**4 Шкала интернальности в семейных отношениях ( $I_c$ ).** Высокие показатели  $I_c$  означают, что человек считает себя ответственным за события, происходящие в его семейной жизни. Низкий  $I_c$  указывает на то, что субъект считает не себя, а своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье.

**5 Шкала интернальности в области производственных отношений ( $I_p$ ).** Высокий  $I_p$  свидетельствует о том, что человек считает свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности, в складывающихся отношениях в коллективе, в своем продвижении и т. д. Низкий  $I_p$  указывает на то, что испытуемый склонен приписывать более важное значение внешним обстоятельствам - руководству, товарищам по работе, везению - невезению.

**6 Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни ( $I_z$ ).** Высокие показатели  $I_z$  свидетельствуют о том, что испытуемый считает себя во многом ответственным за свое здоровье: если он болен, то обвиняет в этом самого себя и полагает, что выздоровление во многом зависит от его действий. Человек с низким  $I_z$  считает здоровье и болезнь результатом случая и надеется

на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, прежде всего врачей.

Валидность шкал УСК демонстрируется их связями с другими характеристиками личности, измеренными, в частности, при помощи личностного опросника Кэттелла.

Человек с низким субъективным контролем (считающий, что он мало влияет на то, что с ним происходит, и склонный считать свои успехи и неудачи следствием внешних обстоятельств) эмоционально неустойчив (фактор  $-C$ ), склонен к неформальному поведению (фактор  $-G$ ), малообщителен (фактор  $+Q_1$ ), у него плохой самоконтроль (фактор  $-Q_3$ ) и высокая напряженность (фактор  $+Q_4$ ). Человек с высоким показателем субъективного контроля обладает эмоциональной стабильностью (фактор  $+C$ ), упорством, решительностью ( $+G$ ), общительностью (фактор  $-Q_2$ ), хорошим самоконтролем (фактор  $+Q_3$ ) и сдержанностью (фактор  $-Q_4$ ). Существенно, что интеллект (фактор  $B$ ) и многие факторы, связанные с экстраверсией-интраверсией, не коррелируют ни с  $I_0$ , ни с ситуативными характеристиками субъективного контроля.

Субъективный контроль над позитивными событиями (достижения, успехи) в большей степени коррелирует с силой Эго (фактор  $+C$ ), самоконтроля (фактор  $+Q_3$ ), социальной экстраверсией (факторы  $+A$ ;  $-Q_2$ ), чем субъективный контроль над негативными событиями (неприятности, неудачи). С другой стороны, люди, не ощущающие ответственности за неудачи, чаще оказываются более практичными, деловыми (фактор  $-M$ ), чем люди с сильным контролем в этой области, что не характерно для субъективного контроля над позитивными событиями.

Таблица 2 - Первичные статистические характеристики и интеркорреляции шкал опросника УСК

Показатели	$I_0$	$I_d$	$I_n$	$I_c$	$I_p$	$I_m$	$I_z$
Количество пунктов	44	12	12	10	8	4	4
Средние по шкалам	33,4	6,2	8,4	3,6	11,8	2,4	4,4
Стандартные отклонения	23,4	8,3	7,9	7,1	8,4	4,4	3,5
$I_0$		0,74 <sup>xxx</sup>	0,71 <sup>xxx</sup>	0,61 <sup>xxx</sup>	0,72 <sup>xxx</sup>	0,45 <sup>xxx</sup>	0,47 <sup>xxx</sup>
$I_d$			0,33 <sup>xx</sup>	0,58 <sup>xx</sup>	0,44 <sup>xxx</sup>	0,54 <sup>xxx</sup>	0,25 <sup>x</sup>
$I_n$				0,60 <sup>xx</sup>	0,40 <sup>xxx</sup>	0,36 <sup>xx</sup>	0,22 <sup>x</sup>
$I_c$					0,22 <sup>x</sup>	0,37 <sup>xxx</sup>	0,17
$I_p$						0,18	0,18
$I_m$							0,21
<sup>x</sup> $p < 0,05$ , <sup>xx</sup> $p < 0,01$ , <sup>xxx</sup> $p < 0,001$							

Исследование самооценок людей с разными типами субъективного контроля показало, что люди с низким **И<sub>о</sub>** характеризуют себя как эгоистичных, зависимых, нерешительных, несправедливых, суетливых, враждебных, неуверенных, неискренних, несамостоятельных, раздражительных. Люди с высоким **УСК** считают себя добрыми, независимыми, решительными, справедливыми, способными, дружелюбными, честными, самостоятельными, невозмутимыми. Таким образом, **УСК** связан сощущением человеком своей силы, достоинства, ответственности за происходящее, с самоуважением, социальной зрелостью и самостоятельностью личности.

Тест предназначен для индивидуального и группового обследования. Применение опросника **УСК** возможно при решении широкого круга социально-психологических и медико-психологических проблем. Уровень субъективного контроля повышается в процессе психокоррекционного воздействия на личность. Поэтому возможно применение **УСК** для оценки эффективности методов психологической коррекции.

### **3 Диагностика межличностных отношений в коллективе и семье**

#### **3.1 Методика диагностики межличностных отношений Т.Лири**

Методика создана Т. Лири, Г. Лефоржем, Р. Сазеком в 1954 г. и предназначена для исследования представлений субъекта о себе и идеальном «Я», а также для изучения взаимоотношений в малых группах. С помощью данной методики выявляется преобладающий тип отношений к людям в самооценке и взаимооценке.

При исследовании межличностных отношений наиболее часто выделяются два фактора: *доминирование-подчинение* и *дружелюбие-агрессивность*. Именно эти факторы определяют общее впечатление о человеке в процессах межличностного восприятия. Они названы М. Аргайлом в числе главных компонентов при анализе стиля межличностного поведения и по содержанию могут быть соотнесены с двумя из трех главных осей семантического дифференциала Ч. Осгуда: *оценка* и *сила*. В многолетнем исследовании, проводимом американскими психологами под руководством Б. Бейлза, поведение члена группы оценивается по двум переменным, анализ которых осуществляется в трехмерном пространстве, образованном тремя осями: *доминирование-подчинение*, *дружелюбность-недружелюбность*, *эмоциональность-аналитичность*.

Для представления основных социальных ориентаций Т. Лири разработал условную схему в виде круга, разделенного на секторы. В этом круге по горизонтальной и вертикальной осям обозначены четыре ориентации:

*доминирование-подчинение, дружелюбие-враждебность.* В свою очередь эти секторы разделены на восемь - соответственно более частным отношениям. Для еще более тонкого описания круг делят на 16 секторов, но чаще используются октанты, определенным образом ориентированные относительно двух главных осей.

Схема Т. Лири основана на предположении, что чем ближе результаты испытуемого к центру окружности, тем сильнее взаимосвязь этих двух переменных. Сумма баллов каждой ориентации переводится в индекс, где доминируют вертикальная (*доминирование-подчинение*) и горизонтальная (*дружелюбие-враждебность*) оси. Расстояние полученных показателей от центра окружности указывает на адаптивность или экстремальность интерперсонального поведения.

Опросник содержит 128 оценочных суждений, из которых в каждом из 8 типов отношений образуются 16 пунктов, упорядоченных по восходящей интенсивности. Методика построена так, что суждения, направленные на выявление какого-либо типа отношений, расположенные подряд, а особым образом: они группируются по 4 и повторяются через равное количество определений. При обработке подсчитывается количество отношений каждого типа.

Т. Лири предлагал использовать методику для оценки наблюдаемого патологического поведения людей, т.е. поведения в оценке окружающих («со стороны»), для самооценки, оценки близких людей, для описания идеального «Я». В соответствии с этими уровнями диагностики меняется инструкция для ответа.

Максимальная оценка уровня - 16 баллов, но она разделена на четыре степени выраженности отношения:

- 0-4 балла – низкая (адаптивное поведение);
- 5-8 баллов - умеренная (адаптивное поведение);
- 9-12 баллов – высокая (экстремальное поведение);
- 13-16 баллов – экстремальная (до патологии).

Разные направления диагностики позволяют определить тип личности, а также сопоставлять данные по отдельным аспектам. Например, «социальное "Я"», «реальное "Я"», «мои партнеры» и т. д.

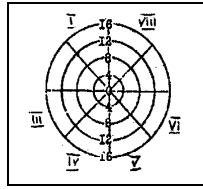
Методика может быть представлена респонденту либо списком (по алфавиту или в случайном порядке), либо на отдельных карточках. Ему предлагается указать те утверждения, которые соответствуют его представлению о себе, относятся к другому человеку или его идеалу.

В результате производится подсчет баллов по каждой октанте с помощью специального «ключа» к опроснику. Полученные баллы переносятся на дискограмму, при этом расстояние от центра круга соответствует числу баллов по данной октанте (от 0 до 16). Концы векторов соединяются и образуют личностный профиль (рисунок 1).

## Доминирование

Агрессивность

Дружелюбие



Подчинение

Рисунок 1 – личностный профиль

По специальным формулам определяются показатели по двум основным факторам: *доминирование* и *дружелюбие*.

$$\text{Доминирование} = (I-V)+0,7 \cdot (VIII+II-IV-VI).$$

$$\text{Дружелюбие} = (VII-III)+0,7 \cdot (VIII-II-IV+VI).$$

Качественный анализ полученных данных проводится путем сравнения дискограмм, демонстрирующих различие между представлениями разных людей. С.В.Максимовым приведены индексы точности рефлексии, дифференцированности восприятия, степени благополучности положения личности в группе, степени осознания личностью мнения группы, значимости группы для личности.

Методический прием позволяет изучать проблему психологической совместимости и часто используется в практике семейной консультации, групповой психотерапии и социально-психологического тренинга.

### Типы отношения к окружающим

#### *I Авторитарный*

13-16 - диктаторский, властный, деспотический характер, тип сильной личности, которая лидирует во всех видах групповой деятельности. Всех наставляет, поучает, во всем стремится полагаться на свое мнение, не умеет принимать советы других. Окружающие отмечают эту властность, но признают ее.

9-12 - доминантный, энергичный, компетентный, авторитетный лидер, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения.

0-8 - уверенный в себе человек, но не обязательно лидер, упорный и настойчивый.

#### *II Эгоистический*

13-16 -стремится быть над всеми, но одновременно в стороне от всех, самовлюбленный, расчетливый, независимый, себялюбивый. Трудности

перекладывает на окружающих, но сам относится к ним несколько отчужденно, хвастливый, самодовольный, заносчивый.

0-12 - эгоистические черты, ориентация на себя, склонность к соперничеству.

### *III Агрессивный*

13-16 - жесткий и враждебный по отношению к окружающим, резкий, жесткий, агрессивность может доходить до асоциального поведения.

9-12 - требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый, ироничный, раздражительный.

0-8 - упрямый, упорный, настойчивый и энергичный.

### *IV Подозрительный*

13-16 - отчужденный по отношению к враждебному и злобному миру, подозрительный, обидчивый, склонный к сомнению во всем, злопамятный, постоянно жалуется на всех (шизоидный тип характера).

9-12 - критичный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за подозрительности и боязни плохого отношения, замкнутый, скептический, разочарованный в людях, скрытный, свой негативизм проявляет в вербальной агрессии.

0-8 - критичный по отношению ко всем социальным явлениям и окружающим людям.

### *V Подчиняемый*

13-16 - покорный, склонный к самоуничижению, слабодольный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пассивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном.

9-12 - застенчивый, кроткий, легко смущается, склонен подчиняться более сильному без учета ситуации.

0-8 - скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, способный подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности.

### *VI Зависимый*

13-16 - резко неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим от других, от чужого мнения.

9-12 - послушный, боязливый, беспомощный, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы.

0-8 - конформный, мягкий, ожидает помощи и советов, доверчивый, склонный к восхищению окружающими, вежливый.

### *VII Дружелюбный*

9-16 - дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, «быть хорошим» для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогруппы, имеет



развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

0-8 - склонный к сотрудничеству, кооперации, гибкий и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремится быть в согласии с мнением окружающих, сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам «хорошего тона» в отношениях с людьми, инициативный энтузиаст в достижении целей группы, стремится помогать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить признание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

#### *VIII Альтруистический*

9-16 - гиперответственный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, неадекватно принимает на себя ответственность за других (может быть только внешняя «маска», скрывающая личность противоположного типа).

0-8 - ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, эмоциональное отношение к людям проявляет в сострадании, симпатии, заботе, ласке, умеет подбодрить и успокоить окружающих, бескорыстный и отзывчивый.

### **Тестовый материал**

Поставьте знак «+» против тех определений, которые соответствуют Вашему представлению о себе (если нет полной уверенности, знак «+» не ставьте):

- I
  - 1 Другие думают о нем благосклонно
  - 2 Производит впечатление на окружающих
  - 3 Умеет распоряжаться, приказывать
  - 4 Умеет настоять на своем
  - 5 Обладает чувством собственного достоинства
  - 6 Независимый
- II
  - 7 Способен сам позаботиться о себе
  - 8 Может проявить безразличие
  - 9 Способен быть суровым
  - 10 Строгий, но справедливый
- III
  - 11 Может быть искренним
  - 12 Критичен к другим
  - 13 Любит поплакаться
  - 14 Часто печален
- IV
  - 15 Способен проявить недоверие
  - 16 Часто разочаровывается
  - 17 Способен быть критичным к себе
  - 18 Способен признать свою неправоту
- V
  - 19 Охотно подчиняется

- 20 Уступчивый
- 21 Благородный
- 22 Восхищающийся и склонный к подражанию
- VI 23 Уважительный
- 24 Ищущий одобрения
- 25 Способен к сотрудничеству
- 26 Стремится ужиться с другими
- VII 27 Дружелюбный, доброжелательный
- 28 Внимательный и ласковый
- 29 Деликатный
- 30 Одобряющий
- VIII 31 Отзывчивый к призывам о помощи
- 32 Бескорыстный
- 33 Способен вызвать восхищение
- 34 Пользуется уважением у других
- I 35 Обладает талантом руководителя
- 36 Любит ответственность
- 37 Уверен в себе
- 38 Самоуверен и напорист
- II 39 Деловит и практичен
- 40 Любит соревноваться
- 41 Строгий и крутой, где надо
- 42 Неумолимый, но беспристрастный
- III 43 Раздражительный
- 44 Открытый и прямолинейный
- 45 Не терпит, чтобы им командовали
- 46 Скептичен
- IV 47 На него трудно произвести впечатление
- 48 Обидчивый, щепетильный
- 49 Легко смущается
- 50 Неуверен в себе
- V 51 Уступчивый
- 52 Скромный
- 53 Часто прибегает к помощи других
- 54 Очень почитает авторитеты
- VI 55 Охотно принимает советы
- 56 Доверчив и стремится радовать других
- 57 Всегда любезен в общении
- 58 Дорожит мнением окружающих
- VII 59 Общительный и уживчивый
- 60 Добросердечный

- 61 Добрый, вселяющий уверенность
- 62 Нежный и мягкосердечный
- VIII 63 Любит заботиться о других
- 64 Бескорыстный, щедрый
- 65 Любит давать советы
- 66 Производит впечатление значимости
- I 67 Начальственно-повелительный
- 68 Властный
- 69 Хвастливый
- 70 Надменный и самодовольный
- II 71 Думает только о себе
- 72 Хитрый и расчетливый
- 73 Нетерпим к ошибкам других
- 74 Своекорыстный
- III 75 Откровенный
- 76 Часто недружелюбен
- 77 Озлобленный
- 78 Жалобщик
- IV 79 Ревнивый
- 80 Долго помнит обиды
- 81 Склонный к самобичеванию
- 82 Застенчивый
- V 83 Безынициативный
- 84 Кроткий
- 85 Зависимый, несамостоятельный
- 86 Любит подчиняться
- VI 87 Предоставляет другим принимать решения
- 88 Легко попадает впросак
- 89 Легко попадает под влияние друзей
- 90 Готов довериться любому
- VII 91 Благорасположен ко всем без разбору
- 92 Всем симпатизирует
- 93 Прощает все
- 94 Переполнен чрезмерным сочувствием
- VIII 95 Великодушен и терпим к недостаткам
- 96 Стремится покровительствовать
- 97 Стремится к успеху
- 98 Ожидает восхищения от каждого
- I 99 Распоряжается другими
- 100 Деспотичный
- 101 Сноб (судит о людях по рангу и достатку, а не по личным

качествам)

- 102 Тщеславный
- II 103 Эгоистичный
- 104 Холодный, черствый
- 105 Язвительный, насмешливый
- 106 Злобный, жестокий
- III 107 Часто гневливый
- 108 Бесчувственный, равнодушный
- 109 Злопамятный
- 110 Проникнут духом противоречия
- IV 111 Упрямый
- 112 Недоверчивый и подозрительный
- 113 Робкий
- 114 Стыдливый
- V 115 Отличается чрезмерной готовностью подчиняться
- 116 Мягкотелый
- 117 Почти никогда и никому не возражает
- 118 Ненавязчивый
- VI 119 Любит, чтобы его опекали
- 120 Чрезмерно доверчив
- 121 Стремится снискать расположение каждого
- 122 Со всеми соглашается
- VII 123 Всегда дружелюбен
- 124 Всех любит
- 125 Слишком снисходителен к окружающим
- 126 Старается утешить каждого
- VIII 127 Заботится о других в ущерб себе
- 128 Портит людей чрезмерной добротой

## 4 Тесты профориентации

### 4.1 Методика «дифференциально-диагностический опросник» (ДДО)

Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е. А. Климова. Можно использовать при профориентации подростков и взрослых.

Содержание методики: испытуемый должен в каждой из 20 пар предлагаемых видов деятельности выбрать только один вид и в соответствующей клетке листа ответов поставить знак «+».

**Инструкция** - "Предположим, что после соответствующего обучения Вы сможете выполнить любую работу. Но если бы Вам пришлось выбирать только из двух возможностей, что бы Вы предпочли?"

Таблица 3 – Тестовый материал

1а. Ухаживать за животными	или	1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2а. Помогать больным	или	2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	или	3б. Следить за состоянием, развитием растений
4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)	или	4б. Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать
5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи	или	5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	или	6б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	или	7б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и др.
8а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)	или	8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище	или	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а. Лечить животных	или	10б. Выполнять вычисления, расчеты
11а. Выводить новые сорта растений	или	11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)

Продолжение таблицы 3

12а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разьяснять, наказывать, поощрять	или	12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок)
13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	или	13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	или	14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15а. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)	или	15б. Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.
16а. Делать лабораторные анализы в больнице	или	16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий	или	17б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
18а. Организовать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п.	или	18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах
19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания	или	19б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	или	20б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машинке и др.)

Таблица 4 – Ключ ответов

1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15а	15б
16а		16б		17а
	17б	18а		18б
	19а		19б	
20а			20б	

Лист ответов сделан так, чтобы можно было подсчитать количество знаков «+» в каждом из 5-ти столбцов. Каждый из 5-ти столбцов соответствует определенному типу профессий. Испытуемому рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное количество знаков «+». Название типов профессий по столбцам:

- 1) «человек-природа» - все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством;
- 2) «человек-техника» - все технические профессии;
- 3) «человек-человек» - все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением;
- 4) «человек-знак» - все профессии, связанные с обсчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности;
- 5) «человек-художественный образ» - все творческие специальности.

Время обследования не ограничивается. Хотя, испытуемого следует предупредить о том, что над вопросами не следует долго задумываться и обычно на выполнение задания требуется 20-30 мин.

Возможно использование методики индивидуально и в группе.

Экспериментатор может зачитывать вопросы группе испытуемых, но в этом случае ограничивается время ответа. Такой способ применяется, когда экспериментатор должен работать в ограниченном временном интервале.

## 4.2 Методика «Карта интересов»

Методика используется в целях профориентации и при приеме на работу. Может применяться для обследования как подростков, так и взрослых. Хорошие результаты получаются при использовании данной методики в целях профориентации лиц, меняющих профессию. Время обследования испытуемого не ограничено, но следует предупреждать о необходимости работать в течение 40-50 мин.

**Инструкция** - "У Вас есть возможность продолжить учебу или поступить на интересную работу.

Для того, чтобы помочь Вам выбрать профессию, предлагаем перечень вопросов.

Подумайте, перед тем, как ответить на каждый вопрос. Постарайтесь дать как можно более точный ответ.

Если Вы не раз убеждались, что очень любите или Вам очень нравится то, о чем мы спрашиваем, то в листе ответов в графе под тем же номером, что и номер вопроса, поставьте два плюса; если просто нравится (любите) - один плюс; если не знаете, сомневаетесь - ноль; если не нравится (не любите) - минус; если очень не нравится - два минуса.

Отвечайте на каждый пункт, не пропуская ни одного. Если у Вас возникают вопросы, спрашивайте сразу же. Время заполнения листа ответов не ограничивается".

### Тестовый материал

- 1 Уроки по физике.
- 2 Уроки по математике.
- 3 Уроки по химии.
- 4 Читать книги или статьи по астрономии.
- 5 Читать об опытах и животных.
- 6 Читать о жизни и работе врачей.
- 7 Читать о сельском хозяйстве, о растениях и животных.
- 8 Читать о лесе.
- 9 Читать произведения классиков мировой литературы.
- 10 Читать газеты, журналы, слушать радио, смотреть телевизор.
- 11 Уроки истории.
- 12 Посещать театры, музеи, художественные выставки.
- 13 Читать литературу о геологических экспедициях.
- 14 Читать о различных странах, их экономике, государственном устройстве.
- 15 Организовывать товарищей на выполнение общественной работы и руководить ими.
- 16 Читать о работе милиции.



- 17 Читать о моряках, летчиках.
- 18 Читать о работе воспитателя.
- 19 Знакомиться с устройством и работой станков.
- 20 Готовить обеды.
- 21 Читать о строителях.
- 22 Заботиться о красоте помещения, в котором Вы учитесь, живете, работаете.
- 23 Читать о достижениях техники (например, журналы «Техника молодежи», «Юный техник» и т. д.).
- 24 Знакомиться с устройством бытовых электро- и радиоприборов.
- 25 Читать научно-популярную литературу об открытиях и физике.
- 26 Читать научно-популярную литературу о математике.
- 27 Узнавать о новых достижениях в области химии (из журналов, радио- и телепередач и т. д.).
- 28 Смотреть телепередачи о космонавтах.
- 29 Изучать биологию.
- 30 Интересоваться причинами и способами лечения болезней.
- 31 Изучать ботанику.
- 32 Проводить время в лесу.
- 33 Читать литературно-критические статьи.
- 34 Активно участвовать в общественной жизни.
- 35 Читать книги об исторических событиях.
- 36 Слушать симфоническую музыку.
- 37 Узнавать об открытиях новых месторождений полезных ископаемых.
- 38 Узнавать о географических открытиях.
- 39 Обсуждать текущие дела и события.
- 40 Устанавливать дисциплину среди сверстников или младших.
- 41 Путешествовать по стране.
- 42 Давать объяснения товарищам, как решить трудную задачу, правильно написать предложение и др.
- 43 Знакомиться с различными инструментами.
- 44 Уроки домоводства.
- 45 Узнавать о новых достижениях в области строительства.
- 46 Посещать фабрики.
- 47 Знакомиться с устройством механизмов, машин.
- 48 Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области радиотехники.
- 49 Разбираться в теории физических явлений.
- 50 Решать сложные математические задачи.
- 51 Ставить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
- 52 Наблюдать за небесными светилами.
- 53 Вести наблюдения за растениями.

- 54 Делать перевязки, оказывать первую помощь при ушибах и т. д.
- 55 Выращивать животных и ухаживать за ними.
- 56 Собирать гербарий.
- 57 Писать рассказы и стихи.
- 58 Наблюдать за поведением и жизнью людей.
- 59 Принимать участие в работе исторического кружка, разыскивать материалы, свидетельствующие о событиях прошлого.
- 60 Декламировать, петь в хоре, выступать на сцене.
- 61 Собирать минералы, интересоваться их происхождением.
- 62 Изучать природу родного края.
- 63 Организовывать общественные мероприятия в школе.
- 64 Обращать особое внимание на поведение людей.
- 65 Посещать кружок автолюбителей, обслуживать автомобиль.
- 66 Проводить время с маленькими детьми (читать им книги, что-нибудь рассказывать, помогать чем-либо).
- 67 Изготавливать различные детали и предметы.
- 68 Организовывать питание во время походов.
- 69 Бывать на стройках.
- 70 Шить одежду.
- 71 Собирать и ремонтировать механизмы велосипедов, швейных машин, часов и т. п.
- 72 Ремонтировать бытовые электро- и радиоприборы.
- 73 Заниматься в физическом кружке.
- 74 Заниматься в математическом кружке.
- 75 Готовить растворы, взвешивать реактивы.
- 76 Посещать планетарий.
- 77 Посещать кружок биологии.
- 78 Наблюдать за больными, оказывать им помощь.
- 79 Наблюдать за природой и вести записи наблюдений.
- 80 Сажать деревья и ухаживать за ними.
- 81 Работать со словарем и литературными источниками, библиографическими справочниками.
- 82 Быстро переключаться с одной работы на другую.
- 83 Выступать с докладами на исторические темы.
- 84 Играть на музыкальных инструментах, рисовать или резать по дереву.
- 85 Составлять описания минералов.
- 86 Участвовать в географических экспедициях.
- 87 Выступать с сообщениями о международном положении.
- 88 Помогать работникам милиции.
- 89 Посещать кружок юных моряков.
- 90 Выполнять работу воспитателя.
- 91 Уроки труда.

- 92 Давать советы знакомым при покупке одежды.
- 93 Наблюдать за работой строителя.
- 94 Знакомиться со швейным производством.
- 95 Делать модели самолетов, планеров, кораблей.
- 96 Собирать радиоприемники и электроприборы.
- 97 Участвовать в олимпиадах по физике.
- 98 Участвовать в математических олимпиадах.
- 99 Решать задачи по химии.
- 100 Участвовать в работе астрономического кружка.
- 101 Проводить опыты на животных.
- 102 Изучать функции организма человека и причины возникновения болезней.
- 103 Проводить опытную работу с целью выращивания новых сельскохозяйственных культур.
- 104 Быть членом общества охраны природы.
- 105 Участвовать в диспутах, читательских конференциях.
- 106 Анализировать явления и события жизни.
- 107 Интересоваться прошлым нашей страны.
- 108 Проявлять интерес к теории и истории развития искусства.
- 109 Совершать длительные и трудные походы, во время которых приходится напряженно работать по заданной программе.
- 110 Составлять географические карты и собирать другие географические материалы.
- 111 Изучать политический строй различных стран.
- 112 Работа юриста.
- 113 Посещать кружок юных космонавтов.
- 114 Работа учителя.
- 115 Бывать на заводах.
- 116 Оказывать людям различные услуги.
- 117 Принимать участие в строительных работах.
- 118 Знакомиться с изготовлением промышленных товаров.
- 119 Разбираться в технических чертежах и схемах.
- 120 Пользоваться точными измерительными приборами и производить расчеты по полученным данным.
- 121 Проводить опыты по физике.
- 122 Выполнять работы, требующие знания математических правил и формул.
- 123 Ассистировать преподавателю при проведении опытов по химии.
- 124 Собирать сведения о других планетах.
- 125 Читать о деятельности известных биологов.
- 126 Быть активным членом санитарных дружин.

- 127 Выполнять работу по уходу за сельскохозяйственными машинами и орудиями труда.
- 128 Знакомиться с ведением лесного хозяйства.
- 129 Изучать происхождение слов и отдельных словосочетаний.
- 130 Вести дневник, писать заметки в школьную и городскую газеты.
- 131 Изучать историческое прошлое других стран.
- 132 Неоднократно смотреть в театре одну и ту же пьесу.
- 133 Читать о жизни и деятельности известных геологов.
- 134 Изучать географию нашей планеты.
- 135 Изучать биографии выдающихся политических деятелей.
- 136 Правильно оценивать поступок друга, знакомого, литературного героя и т.д.
- 137 Читать книги о средствах передвижения.
- 138 Обучать и воспитывать детей.
- 139 Наблюдать за действиями квалифицированного рабочего.
- 140 Постоянно общаться со многими людьми.
- 141 Проектировать строительные объекты.
- 142 Посещать выставки легкой промышленности.
- 143 Выполнять чертежи, проектировать машины.
- 144 Разбираться в радиосхемах.

*Примечание* - Если Вам нравится еще нечто такое, что не предусмотрено опросником, то напишите об этом на полях листов ответов.

Обработка результатов сводится к подсчету в каждом Столбце бланка для ответов количества знаков «+» и «-», а далее из первой суммы вычитается вторая. Таким образом, получается 24 цифры со знаками «+» или «-», которые соответствуют 24 видам деятельности. Выбираются 2- 3 вида деятельности, которые набрали большее количество знаков «+».

Возможен упрощенный вариант методики, где испытуемые ставят только знак «+», а виды деятельности, которые не нравятся пропускают, оставляя пустую клетку в бланке для ответов. В этом случае подсчитывается только количество знаков «+» по столбцам.

#### Ключ ответов

1 физика

2 математика

3 химия

4 астрономия

5 биология

13 геология

14 география

15 общественная работа

16 право

17 транспорт

6 медицина  
7 сельское хозяйство  
8 лесное хозяйство  
9 филология  
10 журналистика  
11 история  
12 искусство

18 педагогика  
19 рабочие специальности  
20 сфера обслуживания  
21 строительство  
22 легкая промышленность  
23 техника  
24 электротехника

Рекомендуется применять методику для испытуемых в возрасте до 35 лет. Возможно применять опросник как индивидуально, так и в группе. Достоверные результаты получаются и в том случае, когда экспериментатор зачитывает вопросы группе испытуемых хотя в этом случае искусственно ограничивается время ответа (см. приложение А).

## Список использованных источников

- 1 **Бонгард, М.М.** Проблема узнавания / М.М.Бонгард.- М.: Наука, 1967. – 320 с.
- 2 **Брунер, Дж.** Психология познания / Дж.Брунер. - М.: Прогресс 1977.- 412 с.
- 3 **Веккер, Л.М.** Психические процессы: в 3 т. / Л.М.Веккер. – Л.: Изд-во ЛГУ 1974. – 3 т.
- 4 **Веккер, Л.М.** Психические процессы. В3 т. Т.2 Мышление и интеллект / Л.М.Веккер. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1976. – 342 с.
- 5 **Вергеймер, М.** Продуктивное мышление / М.Вергеймер. - М.: Прогресс 1987. – 336 с.
- 6 **Запорожец, А.В.** Избранные психологические труды: 2 т. / А.В.Запорожец. - М.: Педагогика. 1986. – 2 т.
- 7 **Кудряшов, А.Ф.** Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации / А.Ф.Кудряшов. - Петрозаводск, 1992. – 318 с.
- 8 **Лапланш, Ж.** Словарь по психоанализу / Ж.Лапланш., Ж.-Б. Понталис. - М.: Высшая школа 1996. – 623 с.
- 9 **Мельников, В.М.** Введение в экспериментальную психологию личности / В.М. Мельников, Л.Т Ямпольский. - М.: Просвещение 1985.- 319 с.
- 10 **Петренко, В.Ф.** Психосемантика сознания / В.Ф. Петренко. - М.: Изд-во МГУ, 1988. -208 с.

## Приложение А (обязательное)

### Таблица А1 – Лист ответов по методике «Карта интересов»

Фамилия И.О. \_\_\_\_\_

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2
	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	
	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7
	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	
	7	7	7	7	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	9	9	9	9	9	9	9
	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	4	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	
	9	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	7	8	9	00	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	
+																									
-																									